

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CARRERA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



---

**PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR  
LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO.**

---

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: Educación, Cultura, Valores y Comunidad.**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN  
EDUCACIÓN ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA**

**TESISTAS:**

**APARICIO MASGO, JOEL**  
**LINO GOMEZ, ERICK ALONSO**  
**SANCHEZ ROJAS, SIMON JOSUE**

**ASESOR:**

**DR. CONTRERAS CANTO, OMAR HANS**

**HUÁNUCO – PERÚ**

**2023**

## **DEDICATORIA**

Dedicar a mis familiares siempre en confiar en mí y por depositar su completa confianza y ser la principal motivación para poder seguir adelante en situaciones difíciles, que se nos presentó durante nuestra formación profesional.

**APARICIO MASGO, Joel**

**LINO GOMEZ, Erick Alonso**

**SANCHEZ ROJAS, Simon Josue**

## **AGRADECIMIENTO**

En primera ocasión agradecer a nuestra hermosa casa centro de estudios, la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, a los profesores de la facultad de Ciencias De la Educación, quienes fueron los partícipes y muy generosos para transmitirnos sus conocimientos de la mejor manera para nuestra formación y convirtiéndonos en profesionales con valores éticos y competentes, así mismo agradecerle al Director, Profesor De Educación Física y Alumnos de la I.E: “Micaela Bastidas” Churubamba, Huánuco. por darnos la facilidad de aplicar nuestro proyecto de investigación y un especial agradecimiento a todos los maestros de la Escuela Profesional de Educación Física, por ser parte de nuestra formación profesional durante estos 5 largos y aventureros años y lograr convertirnos en buenos profesionales.

**Los autores**

## RESUMEN

La presente investigación titulada: “PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO.”, tiene como objetivo determinar cuál es el nivel de efectividad del programa de entrenamiento técnico en los estudiantes del cuarto y quinto grado del nivel secundaria en la I.E “MICAELA BASTIDAS” – Churubamba, Huánuco.

El resultado al finalizar la aplicación según los resultados obtenidos se arroja que el valor con datos positivos en la presente investigación para seguir desarrollando en consecuencia se rechaza la hipótesis nula. Por lo verificado se afirma que la aplicación del programa del entrenamiento técnico” en el desarrollo de los fundamentos técnico del fútbol es alta en estudiantes del cuarto y quinto grado de nivel secundario del I.E “Micaela Bastidas” – Churubamba, Huánuco.

**Palabras clave:** Programa de entrenamiento técnico, fútbol, fundamentos técnicos, táctica.

## ABSTRACT

The present research titled: “TECHNICAL TRAINING PROGRAM TO DEVELOP FOOTBALL TACTICS IN HIGH SCHOOL STUDENTS OF THE I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO.”, aims to determine the level of effectiveness of the technical training program in the fourth and fifth grade students of the secondary level at the I.E “MICAELA BASTIDAS” – Churubamba, Huánuco.

The result at the end of the application according to the results obtained shows that the value with positive data in the present investigation to continue developing, consequently, the null hypothesis is rejected. From what has been verified, it is stated that the application of the "technical training program" in the development of the technical fundamentals of football is high in students of the fourth and fifth grade of secondary level of the I.E "Micaela Bastidas" - Churubamba, Huánuco.

**Keywords:** Technical training program, football, technical foundations, tactics.

## Índice

<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>ii</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>iii</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>v</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>viii</b>
<b>CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	<b>10</b>
<b>1.1 Fundamentación del problema de investigación.</b> .....	<b>10</b>
<b>1.2 Formulación del problema de investigación general y específicos.</b> .....	<b>11</b>
<b>1.2.1. Problema General.</b> .....	<b>11</b>
<b>1.2.2. Problemas Específicos.</b> .....	<b>11</b>
<b>1.3 Formulación de objetivos generales y específicos</b> .....	<b>11</b>
<b>1.3.1. Objetivo General.</b> .....	<b>11</b>
<b>1.3.2. Objetivos Específicos.</b> .....	<b>11</b>
<b>1.4 Justificación.</b> .....	<b>12</b>
<b>1.5 Limitaciones.</b> .....	<b>14</b>
<b>1.6 Formulación de hipótesis general y específicas</b> .....	<b>14</b>
<b>1.6.1. Hipótesis General.</b> .....	<b>14</b>
<b>1.6.2. Hipótesis Específicas.</b> .....	<b>14</b>
<b>1.7 Variables.</b> .....	<b>15</b>
<b>1.7.1. Variable Independiente:</b> .....	<b>15</b>
<b>1.7.2. Variable Dependiente:</b> .....	<b>15</b>
<b>1.8 Definición teórica y operacionalización de variables</b> .....	<b>15</b>
<b>CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>18</b>
<b>2.2 Antecedentes de la investigación</b> .....	<b>18</b>
<b>2.2.1. Antecedentes a nivel internacional</b> .....	<b>18</b>
<b>2.2.2. Antecedentes a nivel nacional</b> .....	<b>19</b>
<b>2.2.3. Antecedentes a nivel regional</b> .....	<b>20</b>
<b>2.3 Bases Teóricas.</b> .....	<b>22</b>
<b>2.2.1. Variable Independiente</b> .....	<b>22</b>
<b>2.2.2. Variable Dependiente</b> .....	<b>52</b>
<b>2.3 Bases conceptuales.</b> .....	<b>63</b>

2.4 Bases epistemológicas, bases filosóficas y/o bases antropológicas (teorías que abarcan nuestra investigación).....	67
<b>CAPÍTULO III. METODOLOGÍA .....</b>	<b>69</b>
3.1 <b>Ámbito .....</b>	<b>69</b>
3.2 <b>Población .....</b>	<b>69</b>
3.3 <b>Muestra.....</b>	<b>69</b>
3.4 <b>Nivel y tipo de estudio. ....</b>	<b>70</b>
3.5 <b>Diseño y esquema de la investigación. ....</b>	<b>70</b>
3.6 <b>Métodos, técnicas e instrumentos.....</b>	<b>71</b>
3.7 <b>Validación y confiabilidad del instrumento. ....</b>	<b>72</b>
3.8 <b>Procedimiento. ....</b>	<b>73</b>
3.9 <b>Tabulación y análisis de datos. ....</b>	<b>73</b>
3.10 <b>Consideraciones éticas.....</b>	<b>74</b>
<b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS .....</b>	<b>75</b>
<b>CAPÍTULO V. DISCUSIÓN.....</b>	<b>90</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>92</b>
<b>SUGERENCIAS.....</b>	<b>94</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>95</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>96</b>
ANEXO 1. Matriz de consistencia .....	97
ANEXO 2. Consentimiento informado.....	99
ANEXO 3. Instrumentos.....	100
ANEXO 4. Constancia de similitud de tesis .....	158
ANEXO 5. Acta de defensa de tesis .....	161
ANEXO 6. Nota Biográfica.....	165
ANEXO 7. Autorización de publicación digital.....	168
ANEXO 8. Validación de instrumentos por juicio de expertos.....	172
ANEXO 9. Otros.....	174

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación es de suma importancia teniendo en consideración que los estudiantes deportistas poseen dificultades al involucrarse en la enseñanza de aprendizaje que imparten los profesores, siendo estos una dificultad en asimilar los fundamentos técnicos del fútbol.

Una vez observado y realizado un diagnóstico durante la realización de los juegos escolares que se desarrollaban en años anteriores conseguimos visualizar que la enseñanza de los fundamentos técnicos que se desarrollan en las clases, son muy pobres para desarrollar la táctica de juego en los estudiantes, a consecuencia de ello, se realizó la presente investigación denominado, **“PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO.”**, que consiste en la aplicación de ejercicios específicamente relacionados para desarrollar la táctica de juego en los estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de nivel secundaria en la I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO .

Durante la aplicación del **“PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO.”**, se realizó la familiarización con la pelota, conducción con diferentes bordes del pie, pases, disparos al arco, control del balón, diferentes tipos de marcaje, creación de juego todas estas acciones se ejecutaron para mejorar la táctica de juego.

El presente trabajo de investigación está estructurado en 5 capítulos:

**Capítulo I:** El problema de investigación, en el cual detalla el problema general y los problemas específicos, los objetivos generales y específicos, que guardan relación también con el título de la presente tesis, justificando el problema, la importancia para realizar este estudio, la viabilidad y las limitaciones encontradas.



**Capítulo II:** Marco Teórico, en el cual se encuentran las investigaciones realizadas anteriormente que guardan relación con la presente investigación, también se fundamentan las bases teóricas – científicas que le han dado base, realce y sustento al trabajo y se detallan la definición conceptual de términos básicos.

**Capítulo III:** Hipótesis y variables, guardan estrecha relación con el planteamiento del problema, los objetivos; además de las variables independiente y dependiente que está relacionada con el título de la tesis.

**Capítulo IV:** Metodología de investigación, es de tipo aplicada y nivel explicativo con un diseño de investigación de pre test y post test con un solo grupo, con una muestra de estudiantes.

**Capítulo V:** Resultados, después de aplicar la investigación se presentan los resultados estadísticos con respecto al análisis e interpretación permitiendo conocer los interrogantes de la presente investigación.

Los encargados de la presente investigadores, autores de este presente escrito, reconocen la importancia de un adecuado desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol y por ende la necesidad de desarrollarlo a través de estrategias lúdicas y deportivos que comprende el PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO. A lo largo de los capítulos se detalla el presente tema de nuestra investigación.

## **CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Fundamentación del problema de investigación.**

En el mundo actual que vivimos la situación se puso muy complicada, debido a que las personas dedican su tiempo en otras actividades, dejando de lado la parte de entrenamiento físico, por lo cual el sedentarismo está que gobierna a cada uno de los hogares, por consiguiente está siendo un problema grande para la humanidad e impide el desarrollo de la psicomotricidad en los niños, y adolescentes, y en efecto el fútbol es uno de los medios que se puede desarrollar para combatir la obesidad, el estrés psicológico, etc.

El fútbol es un deporte globalizado que lo practica una amplia gama de personas a nivel mundial, debido a que nos produce una sensación de satisfacción emocional y un desarrollo físico óptimo, así mantenernos en un buen estado de salud sobre todo permite el desarrollo de una formación integral en la persona sobre todo su práctica nos inculca los valores importantes que nos van a servir en nuestra vida cotidiana para poder interactuar con las personas de nuestro entorno social y crear un ambiente armonioso con ellos.

En el distrito de Churubamba - Huánuco, en la institución educativa "Micaela Bastidas" - Las Palmeras - Churubamba, durante el desarrollo de los juegos escolares se evidenció en los estudiantes que representaron a la I.E, mostraron una pobre idea de juego de fútbol, al momento de competir los estudiantes no sabían cómo jugar cada quien jugaba por su propia cuenta, ante este problema se me ocurrió la idea de aplicar un programa de entrenamiento técnico para desarrollar la cultura táctica del fútbol, ya que por medio de este programa se mejorará la capacidad cognitiva, física, el desarrollo emocional; lo cual permitirá al estudiante saber qué rol y función a cumplir una vez estén dentro del campo de juego.

Uno de los puntos más importantes, es que en estas edades son los más adecuados para implementar la cultura táctica, ya que desde estas edades los estudiantes tengan una idea y mentalidad de juego ya establecido, por tal

razón se escogió a los estudiantes de secundaria de la I.E “Micaela Bastidas” Churubamba-Huánuco.

## **1.2 Formulación del problema de investigación general y específicos.**

### **1.2.1. Problema General.**

- ¿Qué efectividad tendrá el programa de entrenamiento técnico para desarrollar la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco?

### **1.2.2. Problemas Específicos.**

- ¿Qué nivel de preparación de cultura táctica en el fútbol tienen los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco?
- ¿Cómo influye la aplicación del programa de entrenamiento técnico en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco?
- ¿Cuál es el logro del programa de entrenamiento técnico en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco?

## **1.3 Formulación de objetivos generales y específicos**

### **1.3.1. Objetivo General.**

- Determinar la efectividad del programa de entrenamiento técnico para desarrollar la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.

### **1.3.2. Objetivos Específicos.**

- Conocer el nivel de preparación acerca de la cultura táctica en el fútbol que tienen los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.

- Conocer la influencia del programa de entrenamiento físico y técnico para desarrollar la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.
- Determinar el logro del programa de entrenamiento físico en el desarrollo de la cultura táctica de fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.

#### **1.4 Justificación.**

La Educación Física presupone asumirla como una actividad donde se pone de manifiesto relaciones personales, comunicativas, organizativas, didácticas, técnicas, morales y materiales, donde la condición fundamental para el surgimiento de la educación fue la acción creadora, donde resulta importante la actividad física y la espiritual que se entrelazan formando un todo único, pero tiene un papel sumamente importante la educación, de hecho muchos pedagogos sin abrazar concepciones científicas han reconocido las bondades del ejercicio físico para el desarrollo de la misma, a medida que evoluciona la sociedad. Siendo la Educación Física la disciplina que contribuye a la formación de los estudiantes en tres dimensiones fundamentales: cognitivo, afectivo y psicomotriz; por lo tanto, la presente investigación contribuirá en la enseñanza y la educación con relación al deporte, para su difusión de su validez. (Martínez, 1986).

#### **JUSTIFICACIÓN TEÓRICA**

La investigación propuesta pretende, mediante la aplicación del Programa de Entrenamiento Técnico para la táctica en el fútbol con la finalidad que los estudiantes logren aprendizajes esperados y resolver situaciones de habilidades orgánico motriz, cambiando favorablemente el nivel de logro de aprendizajes lo que permitirá interpretar los resultados y contrastar las hipótesis reflexionando discutiendo las teorías indicadas con relación a los conocimientos existentes para llegar a una conclusión sobre cómo aprenden los estudiantes a lograr sus desempeños en el área de Educación física.

De esta manera se contribuirá proponiendo la variable independiente que es el Programa de Entrenamiento Técnico del presente trabajo, como una nueva alternativa para generar aprendizajes en tema en mención, no solo en estudiantes del VII Ciclo de secundaria sino también extender en estudiantes de todos los grados.

### **JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA**

Es importante que todo docente del área de Educación Física desarrolle actividades de aprendizaje significativas enfocadas al que hacer práctico de habilidades y destrezas del fútbol. Todo ello se justifica para que el futuro profesional tenga una vida activa y saludable y asuma responsabilidades de cuidar su salud. Asimismo, para que todo docente empiece a planificar sesiones de entrenamiento práctico ya sea en academias e instituciones educativas. Del mismo modo el Programa de Entrenamiento Técnico y los instrumentos validados podrán ser utilizados por otros investigadores en otros contextos.

### **JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA**

La aplicación del Programa de Entrenamiento Técnico que se desarrollara en la presente investigación permitirá que los docentes apliquen estrategias de enseñanza adecuada, para que los alumnos desarrollen habilidades y destrezas deportivas no solo en el fútbol sino en otros deportes. El Programa de Entrenamiento Técnico que se aplicará a los estudiantes durante el proceso que dura la investigación depende también de la predisposición de los estudiantes y los materiales que se requiere. Facilitará a los docentes y entrenadores un conocimiento real de la influencia de un programa juegos de iniciación para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol, en lo individual, colectivo y defensivo.

### **IMPORTANCIA**

La Educación Física presupone asumirla como una actividad donde se pone de manifiesto relaciones personales, comunicativas, organizativas, didácticas, técnicas, morales y materiales, donde la condición fundamental para el surgimiento de la educación fue la acción creadora, donde resulta importante la actividad física y la espiritual que se entrelazan formando un todo único,

pero tiene un papel sumamente importante la educación, de hecho muchos pedagogos sin abrazar concepciones científicas han reconocido las bondades del ejercicio físico para el desarrollo de la misma, a medida que evoluciona la sociedad. Siendo la Educación Física la disciplina que contribuye a la formación de los estudiantes en tres dimensiones fundamentales: cognitivo, afectivo y psicomotriz; por lo tanto, la presente investigación contribuirá en la enseñanza y la educación con relación al deporte, para su difusión de su validez. (Martínez, 1986).

### **1.5 Limitaciones.**

- Recursos económicos limitados para solventar los gastos de mi proyecto de investigación.
- Movilidad para desplazarme de mi domicilio hasta el lugar del entrenamiento.
- Pocas fuentes bibliográficas.
- No contar con equipos para desarrollar mi trabajo.
- Limitado acceso a las investigaciones realizados para revisar los antecedentes de mi proyecto de investigación.

### **1.6 Formulación de hipótesis general y específicas.**

#### **1.6.1. Hipótesis General.**

- La efectividad del programa de entrenamiento técnico es favorable para desarrollar la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.

#### **1.6.2. Hipótesis Específicas.**

- El programa de “Entrenamiento Técnico” mejora el nivel de preparación para la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.
- La aplicación del programa de “Entrenamiento Técnico” influye de manera positiva en el desarrollo de la cultura táctica

del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.

- El programa de “Entrenamiento Técnico” da como resultado un logro significativo en el aprendizaje de la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.

## 1.7 Variables.

### 1.7.1. Variable Independiente:

- Programa de entrenamiento técnico.

### 1.7.2. Variable Dependiente:

- Táctica del futbol

## 1.8 Definición teórica y operacionalización de variables

### Definición teórica

- **VI: Programa de entrenamiento Técnico:** Es el proceso activo que se realiza previo a la ejecución de ejercicios físicos y técnicos, que prepara el individuo en el aspecto físico y técnico, fisiológica y psicológicamente para una actividad más adecuada e integral que permita al estudiante ser un buen deportista y ser una buena persona ante su entorno social.
- **VD: Táctica del Fútbol:** Son métodos y técnicas que se interrelacionan para la práctica eficaz del fútbol. Enseñar al jugador a interpretar las situaciones, y eso parte de dar mucha información. Es decir, darle una razón para hacer bien las cosas. La cultura táctica es el conocimiento y entendimiento del juego, y como pensar en un partido es muy difícil por la oposición directa, la cultura táctica nos ayuda a actuar de forma inconsciente. La cultura táctica nos

permite anticipar situaciones del juego, saber qué va a pasar antes de que suceda, para poder reaccionar antes. El juego primero pasó por nuestra cabeza, lo vimos antes de que sucediese dentro del campo, reaccionamos antes y nos anticipamos porque el estímulo nos llega antes, debido a nuestra cultura táctica y conocimiento del juego y el contexto.

**TABLA 1.** Operacionalización de las variables independiente y dependiente

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES				
VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO	METODOLOGÍA
VI: PROGRAMA DE ENTRENAM IENTO TÉCNICO	CONDUCCIÓN	Realiza la conducción del balón con la parte interna del pie	Sesión de aprendizaje	4.1. Tipo y nivel de investigación. TIPO: INVESTIGACIÓN APLICATIVA:  <b>O1:</b> Pre test (prueba de entrada) <b>X:</b> Aplicación (PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO) <b>O2:</b> Pos test (prueba de salida)
		Realiza la conducción del balón con la parte externa del pie.		
		Realiza la conducción del balón con la parte frontal (empeine) del pie, planta y taco.		
	CONTROL O RECEPCIÓN DEL BALÓN	Recepciona el balón con la parte interna del pie.		
		Recepciona el balón con la parte externa del pie.		
		Recepciona el balón con el pecho.		
		Recepciona el balón con el muslo		
	PASES	Ejecuta pases con diferentes partes del pie.		
		Ejecuta pases direccionados.		
		Ejecuta pases largos hacia su propio compañero.		
		Ejecuta pases cortos.		
	DISPARO O REMATE	Disparos del balón con dirección cruzada.		
		Realiza disparos del balón en forma diagonal y preciso.		
		Realiza disparos el balón a la portería de larga distancia.		
		Realiza disparos del balón en forma directa.		
	VD: LA TÁCTICA EN EL FÚTBOL.	TÁCTICA INDIVIDUAL Y GRUPAL		



		Acciones de táctica individual defensiva: retroceder, demorar, marcar, cubrir la zona, barrerse, otras.		
	TÁCTICA GRUPAL	Jugadas de que realizan 2 o más jugadores de un mismo equipo sin llegar a involucrarse todo el equipo.		
	TÁCTICA POSICIONAL	Aspecto defensivo: acciones de coberturas. Aspecto ofensivo: jugadas de desmarques.		
	TÁCTICA COLECTIVA	La marcación zonal, el juego en bloque, la realización del pressing, otras		
	TÁCTICA DEL PARTIDO	Para su desarrollo de esta táctica mayormente implica la forma de jugar del equipo rival, el desempeño de los jugadores propios y rivales, el factor climático, jugar de visita o en nuestra propia casa.		
	TÁCTICA FIJA	Son todas las acciones de táctica que se realizan para sacar provecho en los saques de banda, saque inicial, los tiros libres, etc.		

Fuentes: los tesisistas

## CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

### 2.2 Antecedentes de la investigación

Después de haber visitado las bibliotecas de los distintos centros superiores de la ciudad y algunas fuentes de información en el Internet se encontraron los siguientes antecedentes relacionados con mi trabajo de investigación, de las que se extrae las siguientes conclusiones:

#### 2.2.1. Antecedentes a nivel internacional

- **Castañeda (2019)**, en su trabajo de fin de grado titulado *Análisis del impacto socio económico del fútbol en España*, cuyo tipo de investigación fue descriptivo, se concluye que existe un alto impacto del fútbol sobre la economía, estableciendo en el país de España el 1,37% del PBI, ya que la liga de España llegó a altos ingresos superando los 4 mil millones de euros que se captaron por diferentes rubros, como los derechos de transmitir partidos, transferencias de jugadores y otros factores. Asimismo, la práctica del fútbol promueve y mejora la economía de todos los países ya sea directa o indirectamente, y justamente el trabajo de investigación tiene vinculación con esta cita ya que genera en los padres y autoridades invertir en este deporte para la mejora en los estudiantes.
- **Bernal (2016)**, en su tesis *Incidencia de diferentes metodologías de enseñanza de fútbol en niños de 8 a 11 años, sobre aspectos técnicos y la diversión, en la ciudad de Hermosillo, Sonora, México* (tesis de pregrado). Universidad de León, España. El objetivo del estudio fue comparar el efecto de la metodología de enseñanza global y analítica sobre algunos fundamentos técnicos en niños de 8-9 y 10-11 años en etapa de iniciación al fútbol en la ciudad de Hermosillo, Sonora, México. Se evaluaron los fundamentos técnicos mediante la batería de 33 test de The Soccer Star Challenge de Tim Holt (1988). Los

fundamentos evaluados fueron el regate, conducción del balón y golpeo del balón con ambos pies y cabeza, antes y después de 40 sesiones de entrenamiento con cada respectiva metodología. Además, se evaluó el nivel de percepción de diversión generado en el entrenamiento mediante el Cuestionario de diversión con la práctica deportiva asociado a cada uno de los programas. Los resultados indicaron que ambos grupos mejoraron en todos los fundamentos técnicos al finalizar el programa de entrenamiento. Además, ambas metodologías fueron efectivas, ya que no se encontró diferencia significativa en la mejora de los gestos técnicos y en el grado de diversión entre las metodologías evaluadas. Para el diseño de un programa de enseñanza de fútbol en etapa de iniciación, se podrían emplear actividades que involucren ambos modelos para mejorar todos los gestos técnicos, así como ofrecer diversión a los participantes.

### 2.2.2. Antecedentes a nivel nacional

- **Torres y Gradaly (2019)**, en la tesis: *Programa juegos pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol del primero de secundaria de la Institución Educativa 16651 Caserío La Victoria – Utcubamba*; de tipo cuantitativo; diseño pre experimental; con una muestra de 17 alumnos y, como conclusión arribaron que hubo un progreso significativo en un periodo corto de tiempo en el manejo técnico y dominio de los fundamentos básicos del futbol, producto de los diferentes juegos lúdicos y pre deportivos de ese deporte, asimismo, se destaca la importancia de aplicar test de evaluación antes y después de las actividades de trabajo en los estudiantes.
- **Villazana (2019)**, en la tesis titulada: *Enseñanza y aprendizaje del fútbol en los alumnos de la Institución Educativa Mariscal*

*Castilla el Tambo Huancayo*; de tipo aplicada; diseño descriptivo, con una muestra representativa de 60 estudiantes y llegan a la siguiente conclusión: finalizado una evaluación diagnóstica el proceso de asimilación de los fundamentos del fútbol son regulares destacando a los pases y la recepción del balón. Asimismo, resalta las estrategias de enseñanza que utilizan los docentes.

- **Quispe (2017)**, en su tesis *Nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en niños de 12 años de edad de la Institución Educativa Primaria N° 71011 “San Luis Gonzaga” de la ciudad de Ayaviri 2016*, de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú. El tipo de investigación fue descriptivo y cuyo diseño es diagnóstico. Se trabajó con 78 participantes de 12 años de edad de la respectiva institución educativa, se aplicó los test de los fundamentos técnicos del fútbol, la investigación concluye, donde se manifiesta que los fundamentos técnicos se encuentran en la escala de muy malo, con un 50% del alumnado con promedios de 00-08 y el otro 50% se encuentran en distintas calificaciones como bueno, regular y malo. Se deduce que se le presta poco interés al desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en el referido ámbito de estudio.

### 2.2.3. Antecedentes a nivel regional

- **Condoy Yaguanalos, Luis Yoel (2018)**. En su trabajo de investigación *Fundamentos técnicos del fútbol y las habilidades motrices básicas en niños de la Unidad Educativa “Manuel Ignacio Monteros Valdivieso” de Loja, 2016*; cuyo problema se plantea en conocer ¿cuál es la relación de los fundamentos técnicos del fútbol con las habilidades motrices básicas en los niños de Educación básica inferior?, para lo cual se planteó como objetivo general determinar la relación de los

fundamentos técnicos del fútbol y las habilidades motrices básicas en los niños de 10 a 12 años, la metodología aplicada a la investigación corresponde, a un enfoque cuantitativo-cualitativo, con un alcance de investigación descriptivo y diseño pre experimental; al aplicar los programas de entrenamiento los niños mejoraron su nivel de dominio y ejecución de los fundamentos técnicos del fútbol; concluyendo que trabajar de manera programada los ejercicios específicos los niños mejoran su técnica y dominio de los fundamentos técnicos del fútbol, se recomienda trabajar las habilidades motrices básicas y mejorar la aplicación de los fundamentos técnicos del fútbol.

- **Crisolo (2018)**, desarrolló su tesis *El método AGE y el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes de Educación Primaria de la I.E. 32581, Chaglla, Pachitea, 2018* (tesis de maestría). Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, Perú. Se trabajó con 47 alumnos como grupo Experimental de la muestra de estudios, donde se diseñó y aplicó un Pre Test y Post Test, se pudo obtener resultados satisfactorios. El método “AGE”, es un método para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol para alumnos de primaria, con la finalidad de aprendizaje de los fundamentos del fútbol, al final se concluye, que el método tiene significatividad en el aprendizaje de los fundamentos básicos del futbol en los niños y niñas de primaria
- **Chamorro y Reynoso (2018)**, desarrolla la tesis: *Programa Winners para optimizar las condiciones psicológicas en la selección de fútbol de la I.E.I Ricardo Florez Gutierrez - Tomaykichwa - ambo 2017*; de tipo 28 explicativo; diseño pre experimental; realiza la experiencia con 16 unidades de análisis; y, concluye que la aplicación del mencionado programa muestra efectividad en las condiciones psicológicas de los alumnos de la selección de futbol, destacando sobre todo el aspecto físico y

psicológico en las competencias deportivas. En ese sentido, la investigación desarrolló el trabajo con la misma intensidad ya que se trabajó con un plan experimental.

## **2.3 Bases Teóricas.**

### **2.2.1. Variable Independiente**

#### **ENTRENAMIENTO TÉCNICO DEL FUTBOL**

Es el proceso activo que se realiza previo a la ejecución de ejercicios técnicos, que prepara el individuo en el aspecto de formación integral (físico y técnico, fisiológica y psicológicamente), para una actividad más adecuada que permita al estudiante ser un buen deportista y ser una buena persona en su entorno social.

**Matveiev (1985)**, la preparación del deportista “es un proceso multifacético de utilización racional del total de factores (medios, métodos, formas y condiciones) que permiten influir de forma dirigida sobre la evolución del deportista y asegurar el grado necesario de su disposición a alcanzar elevadas marcas deportivas”.

El entrenamiento es definido por Matveiev (1983) como “la forma fundamental de preparación del deportista, basada en ejercicios sistemáticos, y la cual representa, en esencia, un proceso organizado pedagógicamente con el objeto de dirigir la evolución del deportista”.

#### **FUNCIONES TÉCNICAS Y TÁCTICAS DE LOS JUGADORES DENTRO DEL TERRENO DE JUEGO EN EL FÚTBOL:**

##### **EL PORTERO:**

La técnica y la función táctica del portero se diferencia especialmente de los jugadores de campo, así mismo, es el único jugador dentro del terreno de juego que puede jugar con la mano dentro de su propia área.

Los 4 grandes factores que influyen son:

1. Técnico: Acciones que realiza el portero con balón y sin balón.
2. Táctico
3. Morfológico y Físico

#### 4. Psicológico

Aspectos Técnicos (basado en Saíenz, Llopis y Ortega, 2005 y García, 2000).

##### **CON BALÓN:**

Los recursos técnicos que un portero debe tener son:

1. **Blocajes:** sujetar el balón con las manos adoptando una posición adecuada de acuerdo a que dirección pueda venir, ya sea a ras del suelo a los costados por encima de la cabeza, etc.
2. **Desvíos:** se realiza con cualquier parte del cuerpo para cambiar la dirección de la pelota. Y es necesario para en situaciones tras un remate potente, inseguridad, balón o terreno resbaladizo, etc.
3. **Despeje:** es una acción de despejar el balón lo más lejos posible de nuestra portería para lo cual se usan los puños y los pies, en caso de emergencia se usa la cabeza.
4. **Rechace:** el portero golpea al balón, sin darle una dirección determinada con ello evitando que el atacante consiga su objetivo.
5. **Prolongaciones:** el arquero golpea el balón enviándolo hacia la línea final o al costado opuesto de donde viene el centro o el remate al arco.
6. **Estirada:** es una acción técnica que un arquero realiza para bloquear, desviar, despejar el balón en forma lateral, frontal o dorsal mediante la total extensión del cuerpo.
7. **Salida 1x1 o achique:** situación técnico-táctica donde un atacante encara al portero, y el portero intenta cerrar al máximo el ángulo de tiro. Ya sea en una situación aéreo o dividido.
8. **Cobertura:** es la acción que se ejecuta para proteger la pelota por medio de la oposición corporal.
9. **Técnica de jugador de campo:** son algunos recursos técnicos que utilizan los porteros en caso de urgencia por ejemplo tenemos los regates conducciones, la recepción y el pase (pase con el pie y el pase con la mano).

**10. Lanzamientos o saques:** Es la acción técnica que realiza el portero, en posesión como continuidad en el juego, ya sea con la mano o el pie con la finalidad de conseguir la progresión de juego.

## SIN BALÓN

### 1. Posición básica del portero ante una acción inmediata

Adoptar una posición rígida con dirección hacia el balón, el tronco inclinado hacia delante, brazos ligeramente flexionados, los miembros inferiores separados y la punta de los pies en apoyados al suelo para una rápida reacción ante el disparo de un atacante.

### 2. Desplazamientos:

según García (2000, los desplazamientos son los siguientes:

#### **Desplazamiento Frontal:**

Objetivos:

- ✓ Reducir el ángulo de disparo hacia la portería por parte de un atacante.
- ✓ Como fase previa de acciones técnicas defensivas: salidas, despejes, golpes, recepciones y blocajes.

**Desplazamiento Dorsal:** son desplazamientos que se realizan hacia atrás con plena concentración hacia el juego con el objetivo:

- ✓ Reducir el ángulo de la portería.
- ✓ Como acción táctica: tenemos el repliegue defensivo

**Desplazamiento Lateral:** son movimientos que realiza el portero en forma paralela a la línea de meta dicha acción se caracteriza en no cruzar nunca las piernas.

Objetivos.

- ✓ Reducir el ángulo de la portería.

### **Aspectos morfológicos y edad (basado en Baldomero, 2007)**

En los arqueros los aspectos más importantes a considerar es la altura ya que a ellos les permite tener un mayor dominio del juego aéreo.

- ✓ **Peso corporal:** es una cualidad modificable a través de una buena alimentación balanceada y un entrenamiento muy bien instruido, lo cual



le permite al arquero tener una reacción inmediata ante cualquier situación sorpresiva que se le pueda presentar en un partido.

- ✓ **Talla de pie (o estatura):** la altura es la parte más importante a considerar para un portero por las dimensiones que tiene el arco y condiciona al jugador tener un dominio total en los balones aéreos. Por las acciones técnicas que realiza el portero, la talla y el impulso de las piernas en todas las ocasiones le será favorable.
- ✓ **Edad:** los arqueros son los que tienen una larga etapa de carrera en su puesto, debido a que para su buen desempeño se utiliza poco el aspecto físico y se centra más en la ubicación y experiencia que tenga el jugador.

#### **Cualidades Físicas (basado en Rivas y Sánchez, 2007)**

El portero deberá tener un componente de aptitud física para poder desempeñarse de la mejor manera.

- ✓ **Velocidad de Reacción:** es el tiempo que transcurre entre el inicio del estímulo para ello tener una buena intuición y el inicio de la respuesta del portero, como por ejemplo saber bloquear, sujetar el balón, etc.
- ✓ **Agilidad:** es tener la habilidad del cuerpo o sus partes de cambiar de direcciones en momentos rápidos y precisos, siendo esta una habilidad innata en el deportista lo cual lo fortalece y desarrolla con el entrenamiento y la experiencia.
- ✓ **Fuerza Explosiva:** es la capacidad física del arquero, lo cual le permite realizar un salto y recibir el balón de manera precisa y segura en el aire, para lanzarse rápidamente y desviar el balón.
- ✓ **Flexibilidad:** es una cualidad de movilidad articular y elasticidad muscular que permite al arquero realizar acciones de gran destreza y muy significativa al momento de realizar su rol como portero.
- ✓ **Coordinación:** el portero necesita una coordinación superior para dominar su cuerpo, el balón y en algunas situaciones al jugador

contrario la velocidad de aceleración y es importante para salir fuera de su área de penal para ir a disputar un balón.

### **Aspectos psicológicos (basado en Baldomero, 2007)**

La psicología es una de las partes más importantes a considerar para portero dentro de ellas tenemos: la fuerza mental y emocional, la valentía, la “garra”, la viveza, la concentración durante todo el partido, saber manejar una frustración, tener la seguridad hacia si mismo, saber ser líder dentro del terreno de juego y apoyar a los compañeros. La habilidad mental y la fortaleza mental es la que permite al arquero a salir a cortar los balones aéreos y atrapar los balones con mayor precisión, realizar movimientos en el aire, para realizar estos tipos de acciones el arquero se apega a su experiencia personal, entrenamiento táctico, etc.

Y en todo aspecto psicológico el control del estrés el factor más importante para el buen rendimiento del arquero.

### **Capacidad Táctica (basado en Real Federación Española de Fútbol, 1994, Yagüe, 2001 y García, 2000).**

#### **1. El manejo de ángulos o achiques:**

- a. **Ángulos abiertos:** se considera donde el jugador adversario posee un mayor ángulo hacia la portería para anotar un gol. Debido a ello el portero tiene la misión de realizar una acción que permita cerrar y reducir el ángulo de remate y así evitando a que el jugador atacante consiga su objetivo.
- b. **Ángulos cerrados:** se dice cuando el jugador atacante tiene un ángulo menor hacia la portería para anotar un gol.

#### **2. La Colocación:** La acción de un portero frente a un atacante debe ser la siguiente:

- a. Situarse en la bisectriz comprendida por el ángulo formado por el móvil y la portería.
- b. En los ángulos abiertos el guardameta deberá realizará movimientos frontales.

- c. En los ángulos cerrados, el arquero nunca debe abandonar su arco, y mantenerse firme y concentrado para bloquear o despejar el balón ante cualquier remate del jugador atacante.

**3. La organización de la defensa:** el arquero siempre cumple el rol de organizador de la defensa porque es el responsable de ver las acciones con un panorama más amplio y mejor visión en ordenar a sus defensas.

- ✓ El arquero siempre debe quedarse protegiendo su propia portería sin un atacante se encuentra obstruido por un defensor y no apresurarse en su salida.
- ✓ Los pases ejecutados siempre en forma lateral.
- ✓ La defensa debe cubrir siempre zona de los rebotes.
- ✓ Si el portero sale hacia un sector lateral, los defensores deben de cubrir la línea de meta de la portería.
- ✓ Por su ubicación en el terreno de juego, le permite ver el juego del equipo con mayor visión y panorama.

**4. La Ubicación:**

- ✓ Tiene la facultad en la ubicación de barreras.
- ✓ Ubicación de un jugador en los postes durante la ejecución de un tiro de esquina a favor del equipo adversario.

**5. Dominio-autoridad del área de penal:**

El portero debe de tener un dominio total del área de penal y decidir rápidamente si sale o no ante un ataque comprometido que pueda tener su defensa, si el portero se queda protegiendo su portería, debe de ordenar que su compañero despeje el balón lo más lejos posible, así prevenir y evitar goles infantiles a consecuencia de una descoordinación con su propia defensa.

**6. Inicio de la Ofensiva**

Para que un portero realice una primera acción ofensiva debe poseer como recurso técnico el pase con el pie y a consecuencia a ello, todo el equipo debe ofrecerse para realizar una salida de un ataque posicional.

En un contraataque es necesario que el arquero realice un saque rápido y eficiente todo esto para sorprender al rival, esta acción se debe realizar con la salida hacia los costados para aprovechar la velocidad de los atacantes los jugadores adversarios no tengan la posibilidad a replegarse.

## 7. Comportamiento ante Situaciones de Táctica Fija

Debido a que mayoría de los goles provienen de jugadas relacionadas de tiros libres, o más conocido como balón parado. Por ello tenemos dos tipos de roles que cumplir un portero.

- a. **Ofensivamente:** saque meta, estos tipos de saques el portero debe realizar para garantizarnos que tenemos en el equipo un jugador más para realizar un ataque hacia la portería adversario.
- b. **Defensivamente:** Saque de esquina, los tiros libres, saques de banda y los penales.
  - ✓ **En los tiros de esquina:** Su misión siempre será de situar a un compañero suyo en el poste y él mismo se ubicará en el intermedio de su propia portería para tener una mejor visión de la dirección del balón y poder salir e intervenir ya sea realizando acciones de despeje o blocajes.
  - ✓ **En los tiros libres:** Ubicar la barrera situada a 9,15 m del balón; para proteger su propia portería la cantidad de jugadores en la barrera se da dependiendo de la distancia y la zona en donde se ejecuta el tiro libre, mientras más cerca se realiza la jugada mayor será la cantidad de jugadores en la barrera.
  - ✓ **En los saques de banda:** Indicara a sus compañeros situarse ordenadamente en zona defensiva.
  - ✓ **En los penales:** es recomendable que el salto lateral de arquero sea en diagonal, Es decir, será una estirada lateral y hacia adelante.

Recomendaciones para un arquero durante la ejecución durante un penal:

- No intervenir en una discusión.
- Permanecer siempre muy sereno, tranquilo y relajado.
- Observar el balón y el pie de apoyo.
- Realizar acciones con gestos de finta y engaño.

## **EI DEFENSA**

**Para Revilla (2002)**, los jugadores defensores juntos con el arquero son los responsables de ordenar y organizar la zona defensiva de un equipo y transmitir los deseos de un entrenador y animar a sus compañeros, por ello deberá existir una constante comunicación para proteger su zona defensiva.

### **Características Psicológicas**

Estos son las características que lo define a un buen defensor de los cuales se consideran como la personalidad, la imaginación, la libre expresión creatividad, etc. Lo cual le permitirá desempeñarse de la mejor manera en el juego colectivo del equipo.

Las cualidades que debe poseer un defensor son las siguientes:

- ✓ Poseer y transmitir seguridad hacia sus compañeros.
- ✓ Tener una capacidad intuitiva para anticiparse a la siguiente acción que va a realizar el jugador adversario.
- ✓ Tener la capacidad de reacción ante las jugadas del equipo adversario.
- ✓ Actuar siempre con coraje, y ser muy agresivo en la marca.
- ✓ Una mayor concentración durante todo el juego.
- ✓ Inteligente para analizar los movimientos del rival.
- ✓ Liderazgo y siempre en constante comunicación con sus compañeros.

#### **a. Características Físicas**

se caracterizan por la explosión aeróbica que poseen y veloces piques durante un juego.

Estas características físicas son:

- ✓ Resistencia la fuerza explosiva y la velocidad.
- ✓ Desarrollar la fuerza y potencia de salto.
- ✓ Capacidad de aceleración para no tener dificultades ante delanteros rápidos.
- ✓ Poseer agilidad y flexibilidad.

#### **b. Características Morfológicas**

**Laborde (1999)**, los defensores con menos volumen corporal son los encargados de cumplir la función de carrileros o más conocidos los marcadores laterales y al mismo tiempo cumple la función de ataque.

**Según Cámara y Gavini (2002)**, los defensores necesariamente deben ser con una estatura alta para ganar los juegos aéreos con la cabeza

#### **Características Técnicas**

- ✓ Con Balón:
- ✓ Realizar un buen cabeceo.
- ✓ Realizar pases precisos ya sean de distancias cortas y largas.
- ✓ Ejecutar despejes de volea.
- ✓ Tener la capacidad de resolver jugadas complicadas sin la necesidad de a una ayuda colectiva los cual se considera como la técnica individual, por ejemplo, el remate la conducción del balón el regate, etc.

#### ➤ **Sin Balón:**

- ✓ Tener la capacidad de un sentido intuitiva de anticipación a la jugada posterior posible, ya sea en las zonas de ataque o defensa.
- ✓ Hacerse del balón sin cometer faltas.
- ✓ Realizar barridas y cargas apoderándose limpiamente del balón.

## TIPOS DE DEFENSA

### ➤ EL LÍBERO

Conocido como defensas centrales, donde aparece en el centro de una línea defensiva de equipos que juegan con 3 o 5 defensas, su función principal es ser el jugador libre en la zaga central es el quien debe anticipar el balón, debe saber anticiparse a los movimientos de los rivales, como defensor libre debe auxiliar a sus compañeros realizando coberturas. Debe ser muy técnico y preciso en el control del balón, poseer claridad y ser sorpresivo en los pases al mismo tiempo en pelotas paradas como ejemplo en tiros libres, en saques de esquina sumarse al ataque cuando la situación lo amerite, por ello la capacidad física que debe poseer es la velocidad.

#### **Funciones en Tácticas Defensivas:**

- ✓ Dirigir y ordenar la línea defensa, ya sea para agrandar o reducir el espacio.
- ✓ Realizar Coberturas, relevos y dobleteo.
- ✓ Manejar y temporizar el ritmo del juego.

#### **Funciones en Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Tomar la iniciativa en situaciones de contraataque.
- ✓ Tomar la iniciativa de un ataque muy bien elaborado.
- ✓ Ubicar jugadores en el medio campo.

### ➤ EL STOPPER

**Según Gudmani y Valdés (2005)**, el stopper se caracteriza por su marcación y aparecen a los lados del líbero, su rol principal es estar pendiente del rival y realizar una marcación individual, estar atento en la marca del delantero según la distancia de la jugada podemos distinguir el tipo de marcaje, ya sea, cercana o estrecha.

Como recurso técnico debe poseer un buen dominio de juego aéreo y rechazo del balón y físicamente encontramos la fortaleza, agilidad y velocidad.

**Roles en Tácticas Defensivas:**

- ✓ Una buena concentración en la marcación de los delanteros.
- ✓ Realizar acciones de coberturas y dobleteo.
- ✓ Realizar jugadas de relevos y permutas.
- ✓ Anticipar a los movimientos de los jugadores rivales.

**Roles en Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Apoya la ofensiva (laterales).
- ✓ Tomar la iniciativa de realizar un ataque elaborado, tras recuperar el balón.

➤ **EL DEFENSA CENTRAL**

Los jugadores defensores centrales aparecen en sistemas de los equipos que no utilizan los líberos y deciden en realizar un marcaje zonal. Por tanto, cumplen el rol de libero y stopper. Por ello deben saber anticiparse a los movimientos sorpresivos de los atacantes, para así poder ejercer y proteger su línea defensiva de la mejor manera.

➤ **Roles en Táctica en Defensiva:**

- ✓ Ejecuta acciones de marcaje individual hacia los delanteros creando una seguridad en la línea defensiva con acciones de cobertura defensiva, permutas entre otras.
- ✓ Muy inteligente para recuperar balones y saber anticiparse para realizar recuperaciones precisas.
- ✓ Manejar el ritmo de juego al quedar con desventaja numérica.
- ✓ Intervenir en la ubicación de las barreras durante los balones detenidos coordinando con su guardameta.

➤ **Roles en Táctica en Ofensiva:**

- ✓ Tomar la iniciativa de un ataque elaborado y contraataque.



- ✓ Se organiza con su compañero en la defensa cuando uno de ellos se suma al ataque
- ✓ Se suma al ataque cuando la situación de equipo lo amerite.
- ✓ Crear situaciones de superioridad numérica.
- ✓ Sumarse y participar en las jugadas detenidas como por ejemplo en tiros libres y saques de esquina.

#### ➤ **EL DEFENSA LATERAL**

Son los jugadores defensores encargados de proteger las bandas laterales y al mismo tiempo cumplir la función de ataque por su zona, debe ser un marcador rápido, veloz, poseer un buen disparo con el pie y con la cabeza para así poder alejar el balón lo más lejos posible del área, el defensa lateral, debe saber organizarse y entenderse muy bien con sus propios compañeros del medio campo y con los delanteros.

**Según Rodríguez (2009)**, una vez que se recupere el balón dirigirse hacia la línea lateral.

Por ello siempre los jugadores que se desempeñan en este puesto, deben apoyar el ataque, saliendo limpiamente y desequilibrando, creando superioridad numérica y explorando espacios libres, actualmente esta posición está evolucionando en relación al sistema de juego, ya que en épocas anteriores el jugador se encargaba solamente de realizar las marcas, pero ahora cumple la función de un atacante por las bandas.

Tomando en consideración el sistema 4-4-2 se ubican los defensores laterales y en el sistema 3-5-2 se conocen como volantes laterales.

#### **Roles en Tácticas Defensivas:**

- ✓ Marcación de los puntas o volantes que lleguen a su zona.
- ✓ Dobleto en los costados.

- ✓ Coberturas y permutas con los defensas centrales.
- ✓ Cierres principalmente en los balones pasados.
- ✓ Función de volante de contención (volante lateral), cuando el balón se encuentra por el sector contrario.
- ✓ Temporizar en espera del repliegue rápido de sus compañeros defensores, con el fin de demorar el ataque en una situación en que sea tomado en inferioridad numérica.

#### **Roles en Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Crear espacios de juego situándose en las líneas laterales
- ✓ Darle salida limpia y elaborado al equipo.
- ✓ Ser de apoyo en un ataque elaborado.
- ✓ Ser muy participativo en el contrataque.
- ✓ Realizar acciones de manera sorpresiva en el ataque
- ✓ Sumarse al ataque con mayor rapidez por los laterales y enviar centros peligrosos al área.

#### ➤ **EL MEDIOCAMPISTA**

Teniendo en consideración el éxito de un equipo siempre será la forma como se desempeñan en el medio campo, por ello un equipo que maneje una mejor posesión de balón en el centro del campo tendrá la mayor posibilidad de anotar un gol muy bien elaborado.

Los jugadores del medio campo son los encargados en la construcción de ataque y la intensidad de juego al momento de atacar.

Tenemos 2 formas de ataque:

1. Realizar un ataque frente a una defensa muy ordenada y organizada.
2. Realizar un contraataque frente a defensas desubicadas.

**Características generales de los jugadores mediocampistas (Rodríguez, 2008).**

- ✓ Crear un equilibrio en la zona defensiva y ofensiva.
- ✓ En la zona ofensiva organizar el juego, la acción más preferible debe ser realizar los pases en vez de una conducción.
- ✓ Un jugador del medio campo muy inteligente y creativo en relación a lo táctico debe crear, desarrollar y culminar las jugadas de ataque mediante tiros de larga distancia.
- ✓ Siempre estar creando espacios para recibir el pase de un compañero.
- ✓ Por momentos pueden cambiar roles con los defensas centrales.
- ✓ Participar en los saques de esquina elaborando estrategias de ataque.

**Características técnicas:**

- ✓ Según Gudmani y Valdés (2010), los mediocampistas destacan en el juego por su buen control de la balón y gran fluidez en realizar pases cortos y largos.

**Características técnicas:**

- ✓ Realizar pases largos y cambio de juego
- ✓ Buen control orientado de balón.
- ✓ Realizar acciones de fintas y dribling y ejecutar centros a la carrera.
- ✓ Cumplir la función defensiva y realizar acciones de cabeceo.
- ✓ Realizar disparos de larga y corta distancia.

**A. Características Físicas**

Los jugadores volantes son los que realizan un mayor recorrido en un partido en relación a los jugadores

defensores y delanteros, por ello poseen un mayor nivel de potencia aeróbica.

Características físicas en los volantes

- ✓ Capacidad de recuperarse de manera inmediata tras un esfuerzo físico.
- ✓ Capacidad anaeróbica láctica, y resistente a las sensaciones de fatiga producidas por el organismo.
- ✓ Explosividad, fuerza, y velocidad de aceleración.
- ✓ Realizar acciones de movilidad y agilidad para crear opciones de pase.

### **B. Características Psicológicas**

- ✓ Poseer la improvisación en los pases, inteligencia táctica, creatividad para sorprender al rival.
- ✓ Tener la capacidad para efectuar pases precisos.
- ✓ Saber anticiparse a las acciones de juego tanto en zona de ataque y defensa para eso tener la habilidad de intuición y astucia.
- ✓ Estar muy concentrado durante todo el partido.
- ✓ Ser muy luchador, agresivo y perseverante.

### **C. Biotipo**

Las características de biotipo en los jugadores volantes son:

- ✓ Son de estatura media debido a la función que cumplen en el terreno de juego.
- ✓ Ser de contextura atlética y un buen componente muscular.

### **TIPOS DE MEDIOCAMPISTA**

1. El volante defensivo o de contención.
2. El Volante mixto.
3. El Volante creativo.
4. El Volante media punta.

## 1. EL VOLANTE DEFENSIVO O DE CONTENCIÓN

Cumplen roles de líbero y su misión es no permitir que las jugadas lleguen a la zona defensiva.

Los jugadores de contención tienen la función ardua de recuperar el balón en el centro del campo y realizar movimientos diferentes direcciones y así mismo participar en zonas de ataque.

### **Roles en Tácticas Defensivas:**

- ✓ Realizar marcación en el centro del terreno de juego.
- ✓ Realizar acciones de cobertura hacia los costados.
- ✓ Crear equilibrio tanto en la zona defensiva y ataque.
- ✓ Realizar una permuta en el puesto del central cuando uno de ellos abandone su puesto.

### **Roles en Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Participar en la circulación de la pelota.
- ✓ Crear una elaboración de juego en el centro del campo.
- ✓ Ser parte de un armado en ataque.
- ✓ Ser apoyo permanente hacia los volantes ofensivos.
- ✓ Estar muy atentos y ejecutar disparos frente al área.
- ✓ Colabora y participa en la táctica fija.

## 2. EL VOLANTE MIXTO

Son jugadores que realizan acciones de ida y vuelta para cumplir la función de contención y proyectarse al ataque y apareciendo de sorpresa. Su ubicación es más central la acción que ejerce va de acuerdo a los volantes laterales, de contención y los delanteros.

**(Gudmani y Valdés, 2010).** Tiene que ser un jugador muy potente y veloz, psicológicamente estar muy concentrado con las jugadas que se presentan en el partido.

**Roles en Tácticas Defensivas:**

- ✓ Realiza la marcación en el centro del campo cumpliendo la función de volante de contención.
- ✓ Realiza una marca al adversario que invada su zona.
- ✓ Realiza acciones de cobertura en los costados del campo.
- ✓ Participación activa en la táctica del equipo.

**Roles en Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Colabora en la elaboración del armado de juego en ataque.
- ✓ Maneja el ritmo de juego durante el partido.
- ✓ Es muy decidido para ejecutar acciones de armar un contraataque.

**3. EL VOLANTE CREATIVO**

Es jugador conocido como “el cerebro” del equipo ya que es motor principal de un equipo, por ello el rol que cumple es de realizar buenos pases, conducción y realizar disparos hacia la meta contraria. Para este puesto no se requiere de aptitudes físicas elevadas a comparación con otros puestos, sino que dependen de una buena coordinación de senso-perceptuales, tácticos y estratégicos, por otra parte, mentalmente tener la capacidad de liderazgo ofensivo. (Gudmani y Valdés, 2010).

**Roles en Tácticas Defensivas:**

- ✓ Realiza marcaje al volante defensivo del equipo adversario.
- ✓ Realiza presión al equipo adversario en salida.
- ✓ Participa en la disputa de balones que son rechazados por su defensa y quedan en su propia área.

**Roles en Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Elaboración y construcción de juego en ataque.
- ✓ Controla y maneja los tiempos de juego durante el partido.
- ✓ Ayuda y participación constante en el armado de ataque.
- ✓ Tener mayor presencia en el área del equipo contrario.
- ✓ Realiza pases eficientes que compliquen a la defensa adversaria.
- ✓ Es un jugador muy desequilibrante al momento de encontrarse con una defensa muy cerrada.

**4. EL VOLANTE MEDIA PUNTA**

**Bruggeman y Albretch (1993)**, es el responsable de crear espacio de juego en el exterior de la zona del medio campo tanto en defensa y ataque, igualmente se encarga de marcar a un jugador adversario que invada su zona, como recurso técnico que debe poseer es estar seguro en los pases, conducir adecuadamente el balón, realizar buenos centros en velocidad, gran capacidad para driblar, desbordar jugadores rivales y realizar disparos de media distancia.

**Según Bruggeman y Albretch, (1993)****Roles en Tácticas Defensivas:**

- ✓ Realiza marcajes al jugador que llega a su zona.
- ✓ Se encarga de cerrar los centros pasados que llegan de los costados.
- ✓ Proteger la zona de su propia defensa.
- ✓ Realizar los marcajes en el medio campo exterior.

**Roles en Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Crear y dar mayor amplitud al juego del equipo.

- ✓ Ser muy desequilibrante y realizar centros por los costados.
- ✓ Ser muy participativo en la construcción de juego en la zona de ataque.
- ✓ Es el encargado de culminar el contrataque del equipo.
- ✓ Sumarse al ataque para crear una superioridad numérica en la zona ofensiva.

### **EL DELANTERO**

El delantero es el jugador encargado de realizar acciones de peligro en el arco adversario debido a la posición más cercana que se encuentran al arco y es responsable de la anotación de goles para su equipo.

**Según Brüggemann y Albretch (1993)**, los delanteros pueden desplazarse hacia las bandas o por el centro, así como retroceder hasta el medio campo para crear jugadas. El arco rival debe estar siempre en su mente.

Como recurso técnico debe tener un buen control del balón, remate con la cabeza, una conducción efectiva del balón, sumado a ello realizar disparos potentes hacia el arco ya sea de media o larga distancia. En relación a aptitudes físicas deben ser veloces y potentes, tácticamente, saber moverse en toda la zona de ataque para recibir el balón en posición de tiro o procurando de crear espacios o arrastrando marcas y así poder distraer a los marcadores rivales. **(Gudmani y Valdés, 2010)**.

Los delanteros serán los primeros en defender cuando su equipo a perdido el balón en ataque, para así poder impedir que el otro equipo realice un contrataque. Mentalmente debe estar preparado en recibir el juego duro del rival y la marca constante.



## TIPOS DE DELANTEROS

### 1. EL CENTRO DELANTERO

(Basado en Gudmani y Valdés, 2010 y Rivas y Sánchez, 2008)

Es el jugador especialista en capturar cualquier balón que ingrese al área, ya sea a través de un centro, rebote y lograr anotar, por ello su posición natural de este jugador es el área. (Gudmani y Valdés).

- **Características Técnicas:** en el juego aéreo, tanto para rematar como para pivotear.
  - ✓ Pivoteo.
  - ✓ Un buen dominio de juego aéreo.
  - ✓ Realizar disparos de media distancia.
  - ✓ Realizar disparos de primera o volea.
  - ✓ Dominio de ambos pies para realizar disparos a la portería adversaria.
  - ✓ Ser fuerte y potente.
- **Características Psicológicas:**
  - ✓ Tener una mentalidad de resistencia a la presión física y psicológica de una marca constante que va a tener durante un partido, y sumarle a eso que en su mente su gran misión es anotar goles.
  - ✓ Tener la paciencia cuando no llegan a conseguir su objetivo y no caer en una frustración.
  - ✓ Ser de fuerte convicción y seguro de sí mismo al momento de realizar su trabajo de anotar los goles.
- **Características Físicas:**
  - ✓ Tener la capacidad de aceleración en corto.
  - ✓ Ser muy fuerte para resistir la presión física del adversario.

- ✓ Poseer potencia en las piernas para realizar disparos fuertes hacia el arco.
- ✓ Gran Capacidad para recuperarse rápidamente tras haber realizado esfuerzos explosivos.
- **Biotipo:**
  - ✓ Físicamente se le pide fortaleza.
  - ✓ Ser muy ágil y veloz en espacios reducidos
  - ✓ Físicamente el tren superior muy bien desarrollado.
  - ✓ Tener una talla alta y una buena musculatura.
- **Roles en Tácticas Defensivas:**
  - ✓ Colaborar y participar en la táctica fija durante el juego.
  - ✓ Realizar marcaje en la salida de la defensa una vez que se haya perdido el balón en ataque.
  - ✓ Volver al centro del campo para defender cuando la situación lo amerite.
- **Roles en Tácticas Ofensivas:**
  - ✓ Juego de pívot.
  - ✓ Realizar movimientos para arrastrar marcas y crear espacios para otro compañero que se suma al ataque.
  - ✓ Terminar las jugadas de ataque mediante disparos hacia la portería adversaria.
  - ✓ Creación de espacios entre la defensa.
  - ✓ Jugar de espalda tras recibir una marca estrecha.

## 2. EL PUNTA O EXTREMO

(Basado en Rivas y Sánchez, 2008, y Gudmani y Valdés, 2010)

Son tipos de delanteros que son especializados en jugar hacia los costados y su misión es agrandar la

cancha en la zona ofensiva y luego enviar un centro o un pase para que un compañero finalice la jugada y anote un gol,

➤ Biotipo:

- ✓ De talla media.
- ✓ Tener una contextura atlética.
- ✓ Tener un buen componente muscular.

➤ Características Técnicas:

- ✓ Tener la habilidad de conducción e improvisación con el balón.
- ✓ Mayor precisión al efectuar los centros y pases.
- ✓ Disparos en primera o volea.
- ✓ Realizar centros con el balón en movimiento.
- ✓ Dominio del juego aéreo para realizar remates de cabeza.
- ✓ Ser jugador desequilibrante.

➤ Características Psicológicas:

- ✓ Habilidad para superar los rivales.
- ✓ Ser solidario al momento de poseer el balón.
- ✓ Ser perseverante.
- ✓ Luchador, corajudo y creativo.

➤ Características Físicas:

- ✓ Ser muy veloz.
- ✓ Capacidad de aceleración en distancias cortas.
- ✓ Velocidad en distancia medias.
- ✓ Buena resistencia.
- ✓ Ágil y flexible.
- ✓ Potente.

**Tácticas Defensivas:**

- ✓ Realizar marcajes en salida.
- ✓ Retrocede al centro del campo para formar un bloque defensivo.
- ✓ Realiza marcajes a los volantes del equipo adversario cuando es necesario.

#### **Tácticas Ofensivas:**

- ✓ Realizar jugadas de armado para abrir la defensa.
- ✓ Dar asistencias a los delanteros.
- ✓ Realizar desbordes y ejecutar centros.
- ✓ Volver al centro del campo para recoger balones y realizar un armado de ataque.

### **LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS QUE SE APLICAN EN EL FÚTBOL**

Los fundamentos técnicos son acciones que primero se transmiten su enseñanza de manera empírica y luego se entrenan al deportista para que este jugador se adecue de la mejor manera a una cultura táctica impuesta por un entrenador.

**MERINO Juan (2012).** Se consideran a todas las acciones técnicas que primero se enseñan y luego son trabajados, se deben entrenar en relación a los principios del juego. Un buen trabajo con nuestros deportistas permitirá realizar jugadas colectivas con un alto grado de efectividad durante un partido.

#### **FUNDAMENTOS TÉCNICOS CON EL BALÓN**

se consideran a todos esos gestos técnicos donde la intervención completamente muy necesaria y todo con el propósito de predominar el juego colectivo.

Los fundamentos técnicos a trabajar son:

- ✓ El pase, la recepción, conducción, dribling, remate.

## **A. RECEPCIÓN O CONTROL DEL BALÓN**

Es una de los fundamentos más importantes que debe dominar un deportista para su buen desempeño dentro un terreno de juego ya que depende mucho de un buen control del balón dar un buen pase o realizar un disparo. La recepción del balón se puede realizar con cualquier parte del cuerpo donde el reglamento lo permita, dentro de ellos tenemos: el control con el pie, el vientre y el pecho

### **CONTROL**

son acciones que permiten al jugador a apoderarse del balón para que ningún jugador adversario se lo arrebate, es de suma importancia un buen control del balón para realizar un buen pase, disparar al arco con mayor precisión y realizar una buena conducción, etc.,

### **TIPOS DE CONTROL.**

**PARADA.** Es la recepción que se realiza con la planta del pie y de una manera estática lo cual era muy común en épocas anteriores, debido a que el control te permitía a quedarte con el balón lo más seguro en tu poder y no lo podían quitar por su textura física y ahora con el fútbol moderno los jugadores utilizan el muslo, el pecho, el vientre etc. El jugador para su buena recepción debe alinear su cuerpo de acuerdo como viene la trayectoria del balón, una vez que el balón tengan contacto con su cuerpo se debe retirar levemente y así poder amortiguar el balón.

### **RECEPCIÓN DEL BALÓN CON LOS PIES Y LAS PIERNAS**

- ✓ **Recepción con el muslo.** Realizar la acción de equilibrio, el deportista se alinea en dirección del balón y eleva el muslo para su punto de contacto formando un ángulo de 90 grados con el cuerpo, una vez que la pelota toque el muslo, la rodilla se deja caer para su amortiguación.

- ✓ **Recepción con el empeine.** Situarse el cuerpo con un buen equilibrio y alinearse de acuerdo a la dirección del balón, la punta de los pies con miras hacia el suelo para que la pelota tenga contacto con los cordones de muestra zapatilla. Una vez producida el contacto, el deportista retira el pie y acto seguido se produce la amortiguación.
- ✓ **Recepción con la planta del pie.** El deportista en equilibrio y alineado con la trayectoria de la pelota, la planta del pie con miras hacia la pelota la punta del pie mirando hacia arriba, al final se sostiene la pelota entre el suelo y la planta del pie.
- ✓ **Recepción con la parte interna del pie.** El deportista en equilibrio y alineado en dirección de la pelota, se dirige los dedos del pie hacia fuera para que la parte interna tenga miras hacia la pelota, el pie debe elevarse levemente hacia arriba, el atleta recibe la pelota sosteniendo entre el suelo y la parte interna del pie y prepararse para la siguiente acción.
- ✓ **Recepción con la parte externa del pie.** El deportista alineado con la dirección de la pelota, el jugador ubica el pie de apoyo y el otro mirando el borde externo con miras hacia el balón una vez que tenga contacto con la pelota retirar suavemente el pie para realizar su amortiguamiento.

#### **CONTROL Y RECEPCIÓN DEL BALÓN CON LOS MIEMBROS SUPERIORES.**

- ✓ **Recepción con el pecho.** El jugador alinea el pecho y el cuerpo con la dirección de la pelota, para ello usando los brazos para mantenerse en equilibrio, inclina el cuerpo hacia atrás, donde el pecho tenga una mayor facilidad de contacto con la pelota, una vez que el balón tenga contacto se flexionan las rodillas para absorber la fuerza del balón y una vez amortiguado el balón caerá al suelo.

- ✓ Recepción con la cabeza. La cabeza del jugador se alinea con la dirección de la pelota y el cuerpo estar en equilibrio lo cual lo conseguirá utilizando los brazos.

El cuerpo debe estar muy relajado y los ojos mirando hacia el balón, el punto de contacto se debe realizar con la frente y en ese momento flexionar las rodillas suavemente con la finalidad de que el cuello y el hombro amortigüe la potencia del balón y caiga a los pies.

### **PASE**

Es uno de los fundamentos que nos enseña que el fútbol es un deporte de trabajo de equipo siempre compartir el balón con un compañero, darle un buen pase significa tener un mayor de control de posición del juego ya sea en zona de ataque o defensiva.

### **PRINCIPIOS BÁSICOS DE LOS PASES**

Para la enseñanza en la ejecución de los pases seguir los siguientes principios:

- ✓ Ante un jugador con dificultades en realizar los pases no es necesario ubicar adversarios en su entrenamiento
- ✓ Si un deportista no es capaz en ejecutar pases cortos es difícil que realice pases precisos a distancias.
- ✓ Si un deportista no puede realizar pases precisos en el terreno de juego entonces es difícil que pueda realizar pases aéreos eficientes.
- ✓ La capacidad y el arte de ejecutar los pases eficientes en el fútbol consiste en realizarlos muy bien con simpleza y rapidez, este principio la mayoría de los profesionales lo toman en cuenta.
- ✓ Realizar un pase siempre es la mejor opción que conducir el balón innecesariamente, un jugador que recibe el pase siempre debe ir en su búsqueda del espacio libre para que no sea interceptado por el jugador

adversario, para así poder recibir el pase en forma de una línea recta. Un jugador debe realizar los pases largos y cortos para tener el control del terreno de juego y amplia visión en ejecutar los pases correctamente y con precisión hacia un compañero mejor ubicado. Para así facilitar un mejor ataque posicional.

### **La realización de un pase a un jugador en carrera**

El deportista que tiene la pelota decidirá el momento justo para realizar el pase a un espacio libre, el receptor del pase debe seguir corriendo con el balón delante y debe contar con muchas opciones de pase y el apoyo de sus compañeros en ataque.

### **Cuando realizar un pase hacia atrás**

Si el deportista no puede realizar el pase hacia delante y queda sin chance de driblar, entonces la mejor opción será de dar un pase hacia atrás, por lo cual, los pases deben ser simples y precisos, siempre al pie del compañero y no al espacio libre en todas estas acciones se realizan con la finalidad de que los jugadores adversarios no intercepten los pases con mayor facilidad.

### **Pases rápidos**

Los pases rápidos conocidos a “pase primer toque” se dan para liberarse de la marca del equipo adversario que presiona a nuestros deportistas a una intensidad de marcaje estrecha o alta, para realizar estos tipos de pases el jugador debe mirar el terreno de juego y decidir la dirección hacia donde se realizará el pase, si decide realizar el pase en 2 tiempos, el deportista controlará el balón y evaluará la situación de juego antes de realizar el pase.

### **Los pases arriesgados**

Son pases que se ejecutan en el tercio del campo del terreno de juego del equipo adversario con la finalidad de penetrar y



desconcentrar una defensa muy ordenada y organizada defensivamente.

Los que no conviene hacer al pasar el balón:

- ✓ No correr junto a la pelota. Realizar movimiento hacia el balón para recibir el pase.
- ✓ Los jugadores del equipo no deben ejecutar pases largos producidos en inexactos que compliquen la estrategia planteada en el juego del equipo.
- ✓ Los deportistas no deben realizar pases en la zona defensiva cuando se encuentre en una situación de desventaja numérica.

#### **Las técnicas para realizar pases.**

El pase es una técnica muy fundamenta para un buen juego del equipo, Las técnicas para realizar pases son fundamentales para el buen juego, dentro de este margen los pases que más se trabajan desde las categorías menores es el pase con el borde interno del pie debido a su precisión y efectividad en la entrega a nuestro propio compañero y mayor facilidad para su control, la pierna de apoyo estar ligeramente flexionada, el pie junto a la pelota mirando hacia el objetivo.

##### ✓ **La mirada debe concentrarse en el balón.**

La pierna que realiza el pase se eleva hacia atrás y el borde interno del pie con miras al balón, para realizar el pase a ras del suelo, inclinar el cuerpo ligeramente hacia adelante, para así poder cubrir el balón con el pecho y los hombros, se golpea el balón en la parte central a superior siguiendo el movimiento de la patada hacia el objetivo.

##### ✓ **Pase con la parte externa del pie**

Consiste en realizar con el borde externo del pie, normalmente se dan estos pases para cubrir cortas distancias, son pases sorpresivos, debido a que no es necesario que el pie de apoyo y la cadera tomen la dirección hacia se quiera pasar el balón. La pierna de apoyo del jugador debe estar ligeramente más adelante y alejada de la pelota para mover la pierna que realiza el pase. La punta del pie que golpee la pelota debe mirar hacia abajo y ligeramente contraídos, manteniendo el tobillo rígido y trabado y estar muy concentrado y realizar el golpeo hacia el centro mismo de la pelota.

- ✓ **Golpe con el empeine.** Son pases realizados para cubrir grandes distancias, la pierna de apoyo ligeramente flexionadas, con el en contacto con el balón en mira hacia el objetivo, la punta del pie que realice el pase debe apuntar hacia abajo junto con el tobillo.
- ✓ **Trabado y rígido.** El deportista realizar el golpeo en el centro de la pelota con la parte superior del empeine, durante su ejecución muy importante centrarse en todo momento en el balón.
- ✓ **Pase alto.** Se realiza para enviar un pase aéreo, se utiliza para cubrir distancias cortas o largas, es útil cuando el jugador necesita hacer pasar la pelota por encima de un jugador adversario. El pie de apoyo del deportista debe estar en contacto con la pelota, el movimiento para realizar el pase empieza flexionando la pierna hacia atrás, llevando el talón hacia el glúteo, el golpe debe ejecutarse debajo de la pelota con el empeine del pie.

## **TIRO**

Es toda acción técnica que consiste en realizar remate de la pelota hacia la portería adversaria, lo cual debe ser preciso y potente.

- ✓ **Ocasiones de tiro:** estar en disposición de driblar, al contrario, tras una pared, estar muy atento al centro que se encuentran de los costados, disparo hacia el arco con portero tapado, en terreno de juego mojado, etc.
- ✓ **Consideraciones al jugador:** el disparo se realiza de una manera estática esperando la pelota, en movimiento, después de driblar al jugador rival.
- ✓ **Consideraciones al balón según procedencia y dirección:** El disparo se puede realizar ya sea de frente, en lateral, diagonal, a ras de piso, alto, costado, parado y media altura.
- ✓ **Según altura:** realizar disparos a ras de piso, bote pronto, alto, después de un bote o una altura mediana.
- ✓ **Según trayectoria:** disparo con o sin efecto, ejecutar el disparo de forma ascendente y descendente, disparo en línea recta, paralelo al suelo, disparo en curva.
- ✓ **A tener en cuenta al jugador que ejecuta el disparo:** el ángulo reducida del arco adversario, densidad de los jugadores contrarios, ángulo y zona de disparo.
- ✓ **Características del jugador que dispara al arco:** completo dominio del balón, potencia al momento de realizar el disparo, precisión y eficiente al golpeo de la pelota, posee el equilibrio, decidido a disparar, valiente, convencido, agresivo, perseverante y tolerante cuando llegue la mala racha al no poder conseguir los goles.
- ✓ **Situaciones favorables:** si el jugador consigue un alto porcentaje en conseguir que sus disparos

lleguen a la portería y anote muchos goles, en la siguiente acción lo realizará con mayor confianza.

- ✓ **Situaciones desfavorables:** el jugador defensor mejor situado, no posee un mejor ángulo de disparo, la pelota en malas condiciones, distancia no adecuada en relación a la portería adversaria.
- ✓ **Recomendaciones delante de la portería:** ocupar la zona de disparo, aprovechar todas las posibilidades de remate confianza hacia sí mismo rapidez en la acción, realizar entrenamientos para mejorar las acciones colectivas e individuales. Jugarse una esquina de la portería.

### 2.2.2. Variable Dependiente

#### **TÁCTICA:**

**Racinowski y Latorre (1989)**, se entiende como: "El modo pensado, económico, racionalizado y planificado en realizar una lucha deportiva", la táctica se considera con una ejecución de lo planificado con anterioridad.

**Sampedro, 1999**, "es una combinación inteligente de los recursos motrices, de forma individual y colectiva, para solucionar las situaciones de juego de forma actual que surgiesen de la misma actividad competitiva".

#### **PRINCIPIOS TÁCTICOS DEL FÚTBOL:**

Los principios tácticos consisten en la construcción teórica en relación a lógica del juego, para llegar a concretizar lo táctico y técnico de los deportistas, por lo tanto, se pide la concientización del jugador para simplificar y aplicación de la idea de juego del equipo en cada situación del partido. Los principios tácticos tienen algún grado de generalización de los movimientos y se relacionan estrechamente con las acciones de los jugadores, con los mecanismos motores y el conocimiento táctico **(CASTILLO, 1994)**.

## OBJETIVOS DE LA TÁCTICA

Según Rivas (1993), dependiendo del tipo de táctica que se practica el entrenamiento siempre busca enfocarse en determinados objetivos que son:

- a. Adquirir destrezas habilidades tácticas a través la aplicación de reglas, principios y conceptos, para su aplicación adecuada durante una competencia.
- b. Adoptar las capacidades tácticas, utilizando las aptitudes físicas, técnicas, psíquicas y adecuarlo a varias situaciones que se presente en el juego.
- c. Realizar los entrenamientos con jugadas como anticipándose las posibles acciones que puedan suceder en partidos posteriores, por lo cual el jugador solamente aplique su experiencia al momento de desempeñarse en un partido.
- d. En el entrenamiento y la competición, aplicar el razonamiento táctico una acción intuitiva en deducir las acciones de juego y anticiparse a las intenciones de nuestro compañero y del rival.

## DEFINICIÓN DE LOS PRINCIPIOS TÁCTICOS DEFENSIVOS

### Grupo de la retardación:

La subdivisión del principio defensivo es la retardación, los jugadores después de perder el balón en ataque la función a cumplir es prevenir que el otro equipo realice un ataque que complique a nuestra defensa por ello se debe cerrar la zona mismo donde se perdió la pelota.

### Los principios tácticos de este grupo son:

- **Repliegue:** Son jugadas de retroceso de manera ordenada que realiza el equipo una vez que haya perdido la pelota y así poder ordenarse defensivamente para que el equipo que contrataque no encuentre mayor espacio para crear un armado de juego.
- **Temporización:** Es detener la progresión ofensiva del adversario tras haber perdido la pelota, esta acción se ejecuta al jugador que tiene la posesión del balón más cercano a él. La finalidad de la temporización es darles tiempo a nuestros jugadores a retomar sus posiciones naturales y repliegarse para cumplir roles defensivos.

- **Grupo del equilibrio:** Al ver que el equipo rival se va acercando a nuestra área, se debe realizar un marcaje estrecho y crear un equilibrio entre delanteros y defensas, teniendo en cuenta que el equipo atacante tratará de obtener una superioridad numérica en su zona ofensiva. Los principios tácticos defensivos del grupo del equilibrio son: Marcajes: posición adoptada defensivamente por un jugador, para anticiparse y contrarrestar los movimientos de equipo adversario, el objetivo es neutralizar al rival y arrebatarse la posesión del balón.

**Existen cuatro tipos de marcaciones las cuales son:**

- **Marcación individual:** Es un marcaje estricto que realiza el jugador de manera individual hacia el jugador adversario con el fin de neutralizar todas las jugadas en ataque, para ello debe poseer una condición física y estar dispuesto a la lucha y sacrificio que amerita este tipo de marcaje.
- **Marcación zonal:** Se basa en realizar un marcaje racionalizado por zonas, cada jugador su posición natural y realiza la marca al adversario que invada en su zona si el jugador abandona su puesto asignado lo reemplaza el otro compañero del mismo equipo.
- **Marcación combinada:** Es una combinación de marca entre marcaje individual y zonal, se trata de un marcaje individual, hombre-hombre en zona, se refiere a que cada jugador defensor cumple el rol de realizar un marcaje individual al atacante que invada su zona.
- **Marcación mixta:** Son acciones defensivas de combinación de los tres tipos de marcajes dependiendo de las necesidades de director técnico, en un sistema de 4-3-1-2; el equipo puede realizar una marcación zonal con sus tres volantes, una marcación individual con su volante de creación y una marcación zonal con sus dos delanteros.
- **Las coberturas:** Realizar una acción de ayuda al propio compañero que intuyendo que puede ser driblado por el jugador del equipo rival.
- **Las permutas:** Es una acción rápida de un jugador desbordado que procura a ocupar el lugar de su propio compañero que salió en su ayuda.
- **Relevos:** son jugadas de solidaridad, donde un jugador se suma al ataque y uno de sus compañeros cumple su función defensiva hasta que

finalice la jugada de ataque por ello es importante tener una buena comunicación.

- **Vigilancias:** son jugadas de marcaje no tan estricta sobre el jugador adversario que se encuentra lejos del balón y de la zona de ataque, a pesar de que su equipo tenga la posesión de la pelota.

#### **Grupo de la recuperación:**

**Para retardar la progresión y el ataque del rival y se consigue un equilibrio defensivo a través de estos principios:**

- **Doblajes:** Es una jugada de acción defensiva que realizan 2 jugadores de manera inteligente e intensa sobre el jugador adversario para arrebatarse la posesión del balón.
- **Anticipación:** Es una jugada intuitiva que realiza el defensor hacia la pelota anticipándose a la siguiente acción que va realizar.
- **Intercepción:** Es recuperar el balón que fue pasado a un compañero del equipo adversario llegue a su destino
- **Carga:** Es la acción de contacto físico que realiza un defensor hacia el jugador rival, apoyándose con el hombro para hacerle perder el equilibrio, esta acción se produce dentro de los márgenes permitidos en la regla de juego. Entrada: es una intervención que realiza un jugador defensor sobre el rival que tiene la pelota con la única intención de arrebatarse ya sea rechazando o apoderándose.

#### **DEFINICIÓN DE LOS PRINCIPIOS TÁCTICOS OFENSIVOS**

- **GRUPO DEL CONTROL:** Estos principios están enfocados a desarrollar un dominio de tomar la iniciativa en las jugadas de ataque que realice su equipo estos principios están dirigidos a los jugadores tanto para la acción defensiva y ofensivo, esta acción nos da un equilibrio para trasladar el juego de defensa al ataque con un control dinámico.

Los principios de este grupo son:

- **CONTROL DEL PARTIDO:** Son jugadas que el entrenador realiza con la pelota antes, durante y después del partido con la finalidad que su equipo sea superior al rival.

- **CONSERVACIÓN DEL BALÓN:** La acción eficaz se fundamenta por el movimiento constante de los protagonistas, los jugadores deben encontrarse dispuestos a crear espacios para recibir el pase y estar prestos para la siguiente acción solamente de ese modo se tendrá la posesión del balón por mucho tiempo.
- **CAMBIOS DE ORIENTACIÓN:** Son los envíos largos o cortos que sé que cambian de dirección de una manera inteligente.

**Y se dividen en:**

- **DE AMPLITUD:** la trayectoria de la pelota está dirigida hacia los laterales del campo.
- **DE PROFUNDIDAD:** la trayectoria de la pelota está dirigida hacia el arco del adversario, de manera vertical a través de pases o envíos medianos y largos.
- **GRUPO DE LA MOVILIDAD:** Es la base para desorganizar toda acción defensiva del equipo adversario, por ello la movilidad de nuestros jugadores ya sea con balón o sin ella esto se realiza para confundir al rival, la acción de moverse sin la pelota nos da la posibilidad de crear espacios libres y ser aprovechados por nuestros propios jugadores. Los principios de este grupo son:
  - **DE MARCACIÓN:** Es crear espacio para recibir el pase de nuestro propio compañero que está en posesión de la pelota.

**Los tipos de demarcación son los siguientes:**

- **DE APOYO:** Es una acción que se realiza para apoyar a nuestro propio compañero en posesión del balón. Estas jugadas se producen acercándose al compañero que tiene la pelota.
- **DE RUPTURA:** Es una acción del jugador que se desmarca y busca la progresión en el ataque a través de ocupación de espacios libres.
- **CAMBIOS DE RITMO:** Son acciones de manera individual y se caracteriza por sus variados tipos de movimientos en relación a la velocidad.



- **CAMBIOS DE DIRECCIÓN:** Son jugadas de movimientos que realiza el jugador (derecha-izquierda, atrás – adelante y diagonal - lateral).
- **GRUPO DE LA PENETRACIÓN:** Son todas las acciones que permiten una dinámica en el ataque creando jugadas creativas e inteligentes elaboradas con rapidez para desorganizar la defensa rival.
- **PAREDES:** Es una jugada de entrega y devolución a un solo contacto que se realiza entre 2 o más compañeros.
- **ESPACIOS LIBRES:** Son lugares libres que abandona un compañero del equipo que tiene el balón. A consecuencia de ello el jugador de nuestro equipo debe aprovechar de la mejor manera.  
Entonces debemos aclarar que los pasos de un espacio libre son:
  - Realizar movimientos para crearlo (arrastrar marca).
  - Saber ocuparlo (por un jugador de nuestro propio).
  - Manejarlo de la mejor manera el espacio y aprovecharlo con un ataque sorpresivo (el arribo del balón).
- **DESDOBLAMIENTOS:** Son acciones de movimiento que permiten no perder la ocupación racional del campo, ocupar la espalda de nuestro propio compañero que se suma al ataque.  
Tenemos dos tipos:
  - **INDIVIDUAL:** La jugada se produce cuando un deportista se suma al ataque ofensivo que empezaron sus propios compañeros.
  - **COLECTIVOS:** Los deportistas se desdoblan con la finalidad de reducir espacios entre líneas y entre los propios compañeros a estos movimientos se le conocen como una idea de bloque.
  - **PROGRESIÓN:** Son acciones individuales y colectivas que facilitan la transición del balón con dirección al arco rival.
  - **GRUPO DE LA IMPROVISACIÓN:** Consiste en adaptarse a diferentes situaciones de juego, sean favorables o desfavorables durante el partido, la adaptación es la base principal de la inteligencia y memoria táctica de juego en cada jugador, su experiencia lo hará

convivir de la mejor manera para tomar mejor decisión para resolver situaciones complicadas durante el partido.

➤ **ATAQUES:**

Son jugadas que el jugador realiza para llegar al arco rival con la pelota, esta acción que se realiza una vez que se haya recuperado el balón. Distinguimos 2 tipos de ataque:

➤ **ATAQUE POR POSICIONES:** Son jugadas combinadas mediante un armado de juego en función de distraer y desorganizar la defensa adversaria donde se ven involucrados la mayoría de jugadores de un equipo.

➤ **CONTRA-ATAQUE:** Son acciones de salida rápida de defensa a ataque una vez que se haya recuperado la pelota, sin darle la posibilidad de replegarse y organizarse a la defensa del equipo rival y así aprovechando al máximo los espacios libres que dejaron sus jugadores.

➤ **RITMO DE JUEGO:** Son acciones que se observa la forma de jugar en un equipo, esta puede ser de un ritmo rápido o lento, jugada corta o larga, con la finalidad de sacar ventaja sobre el equipo rival.

- **Las Ventajas ritmo rápido:** Desgastar físicamente a los jugadores del equipo adversario, mayor velocidad en el juego, sorprender estratégicamente.
- **Contrarrestar:** Son acciones que se realizan en zonas defensivas para dejar en fuera de juego a los jugadores atacantes adversarios, como, por ejemplo, repliegues, temporización defensiva presión al jugador que tiene la pelota en su poder.
- **Las Ventajas ritmo lento:** Consiste en que el equipo contrario juegue más rápido que nosotros, mientras tanto nosotros controlamos el aspecto físico para resistir todo el partido, esta acción se ve puede observar mejor en la conservación y el control del juego, así facilitando el desmarque de nuestros delanteros.

- **Contrarrestar:** Realizar un pressing intensivo al jugador que tiene la pelota e impedir la creación de espacios libres, impedir la facilidad en los desmarques, impedir ayudas permanentes.

#### ➤ **MARCAJE**

Son acciones que ejecutan los jugadores de un equipo hacia los jugadores adversarios cuando se encuentran con la posesión de la pelota.

- **Principios de la marcación:** Nos ubicamos entre nuestro propio arco y el equipo contrario teniendo en consideración la pelota, realizando una marca estrecha haciendo de la anticipación un arma principal para crear un ataque en conjunto.
- **Colaboración del jugador marcador:** Depende de la situación del balón con relación a el mismo y su propia portería y de su trayectoria y velocidad, de la posición de los contrarios, de la posición de sus compas con relación al balón y al contrario.
- **Aspecto individual:** Son acciones que se realizan hombre a hombre, marcaje en la zona mixta.
- **Aspecto colectivo:** Son acciones de marcaje combinado, permutas, coberturas, repliegues, pressing.

#### ➤ **MARCAJE HOMBRE A HOMBRE**

Realizar el marcaje al jugador asignado con la finalidad de quitarle la pelota, llegar al balón en el momento justo para crear un contrataque progresivo.

- **Características:** Realiza una fuerza de intervención, evitando que el jugador reciba el balón, importante porque nos permite reducir distancias cuando el jugador adversario se acerca a nuestra portería, por ello es una responsabilidad individual.
- **Ventajas:** Jugadores contrarios con marca, se obstaculiza al adversario y se impide que reciba el balón de manera libre, al jugador que realiza la marca le permite estar muy concentrado,

atento y poner un mayor esfuerzo en diferentes situaciones que se le presente durante el partido

- **Inconvenientes:** Corre el riesgo en cometer un fallo individual, poca solidaridad, frena la iniciativa de ataque en el juego, jugador ubicado en otra zona, mayor desgaste físico.

#### ➤ **MARCAJE POR ZONAS**

El jugador tiene asignado una zona del campo y realiza la marca a alguien que lo invada. Un equipo presenta un conjunto de jugadores defensivo entre el balón y la portería rival.

- **Características:** Se ubican a los jugadores en diferentes líneas escalonadas, se irán modificando de acuerdo a la posesión del balón, el jugador es respaldado por sus compañeros y rinde a un nivel óptimo.
- **Ventajas:** Defensor ubicado en su puesto natural, realiza una marca cercana cuando un jugador del equipo contrario entra en su zona, gran cobertura, un sentido de anticipación intuitiva, realización de contra ataque eficiente, ocupación adecuada de espacios libres que nos puede causar inconvenientes durante el juego y obligamos al jugador adversario a enviar balones largos.
- **Inconvenientes:** Probable que 2 o más jugadores traten de invadir nuestra zona. Reducir a espacios cortos o pequeños, inconvenientes para controlar el centro de nuestro propio, falta de agresividad.

#### ➤ **MARCAJE MIXTO**

Es un tipo de marcaje que realiza ejecutando las acciones de marcaje por zona y hombre a hombre con el objetivo de variar y tomar un poco de aire al momento de efectuar el marcaje.

- **Características:** Se ejecuta la marca al atacante más peligroso, para ello se necesita realizar un marcaje con tanto sacrificio, inteligencia, iniciativa, organización colectiva tanto en defensa y ataque, esto para contrarrestar el juego ofensiva del equipo adversario.

- **Ventajas:** Nos ayuda a estar muy organizados defensivamente ante un cualquier contrataque, dando siempre la iniciativa al jugador, aumenta y desarrolla la creatividad de nuestros jugadores.
- **Inconvenientes:** La acción requiere de un desgaste físico mayor, se trabaja en zonas no habituales, escasa jugadas de ataque, dar responsabilidad a jugadores con poco sacrificio.

➤ **MARCAJE COMBINADO.**

Son acciones de marcaje defensivamente utilizando las marcas variadas mencionadas anteriormente. Objetivos: obstaculizar el juego armado del equipo rival, poseer la posición de la pelota, conocer de muy cerca los diferentes tipos de marcaje, ser solidarios con nuestros compañeros, tomar decisiones precisas y seguras al iniciar un ataque, para eso realizamos las acciones de entrada y carga quitándolo el balón al equipo contrario.

➤ **OCUPACION RACIONAL**

Influye mucho el sistema de juego que aplica un equipo en el partido para eso se emplea una táctica, los diferentes tipos de marcaje al rival, características de los compañeros y jugadores rivales.

**ACCIONES RESPECTO AL GOL.**

- **Conseguir gol:** Tener una mayor progresión en el juego, realizar acciones de movimientos rápidos, constante participación de persecución, cambios de ritmo y dirección de juego visión periférica, situación del balón, elegir el momento adecuado, saber las posibilidades de remate que tenemos, crear un amplio espacio en la zona de ataque.
- **Acciones respecto al balón:** Poseer mucha seguridad, presión al rival, velocidad en los pases y tener la iniciativa para crear un ataque.
- **Control del juego por los jugadores:** Saber organizarse entre compañeros del mismo equipo y desenvolverse eficientemente en su demarcación, en funciones defensivos y ofensivos, dimensiones del

campo, ante esto la defensa se organiza, el ataque muy organizado e improvisado para jugar en la zona asignada.

### **CLASIFICACIÓN DE LA TÁCTICA**

Bauer (1994), nos menciona que la táctica en el fútbol se divide en el desarrolla en el aspecto defensivo y ofensiva esto considerando de acuerdo si se tiene el balón en nuestro poder o no, y se dividen en los siguientes tipos:

#### **a. TÁCTICA INDIVIDUAL**

Son todas las acciones de juego que realiza un jugador tanto en ataque y defensa. Tales como:

- **Acciones de táctica individual ofensiva:** realización de centros, apoyos, cambios de ritmo de juego, etc.
- **Acciones de táctica individual defensiva:** Acción de retroceso, cubrir la zona defensiva barrerse, realizar barridas hacia el balón, etc.

#### **b. TÁCTICA POSICIONAL**

Las jugadas de cobertura son las acciones de un defensor y el desmarque de ruptura es la función de un jugador atacante.

#### **c. TÁCTICA GRUPAL**

Son las acciones que realizan dos o más jugadores del equipo, sin que se llegue a involucrar la participación de la totalidad del equipo, es decir a los 11 jugadores. ejemplos: realizar una jugada de pared, una triangulación de movimientos de la línea defensiva y ofensiva, y entre otras.

#### **d. TÁCTICA COLECTIVA**

Son todas las acciones tácticas que realizan en conjunto la totalidad de los jugadores del equipo, por ejemplo; la marcación zonal, el juego en bloque, la realización del pressing, otras.

#### **e. TÁCTICA DEL PARTIDO**

Son acciones de juego que tiene relación con las jugadas de ataque y defensa específicos, para que un equipo tenga un juego determinado teniendo en cuenta la forma de jugar del equipo rival, tipo de

competición si el equipo está jugando en su propia casa o de visita, el ambiente y el factor climático entre otros.

#### f. TÁCTICA FIJA

Tiene que ver con todas las acciones planificadas para sacarle provecho a todas las formas de reanudación de juego previo a un partido y que tienen lugar al momento de reiniciar el juego. por ejemplo: jugadas en el saque inicial, saque lateral, saque de puerta o meta, en los tiros libres, saques de esquina, ejecución de los penales, viendo desde un punto más objetivo estas acciones se realizan para sacar beneficios y crear estrategias para que los jugadores de nuestro equipo con habilidades en estos tipos de reanudaciones nos den cierta ventaja durante el partido.

### 2.3 Bases conceptuales.

- **Acción Combinativa:** Acción técnica entre dos o más compañeros tener en cuenta: quien tiene el balón, movimientos de los jugadores, técnica adecuada de quien envía o el que recibe el balón.
- **Agrandar:** Movimientos hacia atrás que realizan los defensores antes de que el rival envíe un pase largo, con el fin de reducir el espacio entre la línea defensiva y el portero.
- **Amplitud:** Consiste en la ubicación de jugadores en los costados del campo, con el fin de ampliar el ancho del ataque y crear espacios en la defensa rival.
- **Anticipar:** Acción física y mental que realiza el defensor sobre el rival que espera recibir el balón impidiendo que este lo reciba.
- **Ayudas permanentes:** Son todas aquellas soluciones que los compañeros le presentan al poseedor del balón en cualquier momento y circunstancia.
- **Blocaje:** Es el elemento técnico mediante el cual el guardameta se hace con la posición del balón. En este punto radica su importancia, ya que evita cualquier tipo de segunda opción al adversario y permite iniciar el ataque a nuestro equipo.

- **Cambio de juego:** Son los envíos largos, medios y cortos que se realizan con el fin de cambiar la trayectoria del ataque.
- **Cambio de ritmo:** Son las constantes aceleraciones y desaceleraciones que realizan los jugadores del equipo que está en posesión del balón. Puede ser individual y colectiva.
- **Cambios Orientación:** Todos los envíos largos, medios, cortos del balón que cambian su trayectoria.
- **Carga:** Es la acción que realiza un jugador sobre el adversario empujándolo hombro con hombro (lícitamente), con el fin de apoderarse del balón.
- **Cobertura:** Es la acción de ayudar a un compañero que fue desbordado por el adversario.
- **Conducción:** Acción técnica que se realiza al controlar y manejar el balón en su rodar por el suelo.
- **Contrarrestar:** Pressing poseedor, impedir creación espacios libres, impedir facilidad en desmarques, impedir ayudas permanentes, pressing total si ellos ganan.
- **Corajudo:** Jugador que muestra interés y valor en una disputa de balón (valeroso, esforzado, valiente).
- **Demorar:** Acción que realiza un jugador que queda en inferioridad numérica en su zona defensiva con el fin de retardar el ataque rival y así dar tiempo al regreso de más compañeros defensores.
- **Desdoble:** Acción de intercambiar posición y función con un jugador dentro del sistema de juego, producto de que uno de ellos abandonó su zona de acción ofensiva y el compañero más cercano ocupa su lugar.
- **Desmarque de Apoyo:** Es cuando se ofrece ayuda a un compañero en posesión del balón acercándose a este y quitándose una marca.
- **Desmarque de Ruptura:** Acción de quitarse una marca y mostrarse para recibir el balón alejándose del poseedor del mismo, para darle progresión al juego.



- **Dobletear:** Acción que ejecutan dos jugadores que marcan a a la misma vez a un rival que está en posesión del balón.
- **Entrada:** Acción físico técnica que tiene por objeto ir al encuentro del jugador oponente que está en posesión de balón, con el fin de impedir que progrese en el terreno o sea dueño del juego.
- **Estrategia:** Todo lanzamiento de un jugador del equipo que trata de poner el balón en juego.
- **Finta:** Movimiento o acciones que hace el jugador para engañar o distraer al contrario.
- **Fútbol:** Es una disciplina deportiva, que se práctica a con dos equipos de 11 jugadores por cada bando, en un campo rectangular de juego, de medidas variables, con dos arcos, cada uno defendido por un arquero que debe impedir que el equipo contrario introduzca dentro de ese arco el balón.
- **Golpeo con Cabeza:** Toque que se da al balón de forma más o menos violenta.
- **Habilidad y Destreza:** Capacidad de dominar el balón por el jugador por suelo o aire mediante más de dos contactos.
- **Improvisación:** Son acciones inteligentemente creadas por los jugadores, para sorprender al rival.
- **Interceptación:** Acción técnica defensiva por medio de la cual es modificada la trayectoria del balón evitando o no el fin perseguido por su lanzador.
- **Interceptar:** Acción que realiza un defensor en la que impide que el balón llegue a su adversario cortando o desviando la trayectoria de este.
- **Marcaje:** Son las acciones que se realizan hacia los jugadores del equipo que está en posesión del balón con el fin de recuperarlo.
- **Movilidad:** Es el constante desplazamiento de todos los jugadores con el fin de desmarcarse y dar opciones de pase al jugador poseedor del balón.

- **Pared:** Consiste en superar una marca por medio de la entrega y devolución rápida del balón entre dos compañeros.
- **Penetración:** Acción de enviar un pase en profundidad con el fin de penetrar un espacio dejado por la defensa rival.
- **Permuta:** Es cuando un jugador desbordado procura lo más rápido posible ocupar la posición del compañero que dejó su puesto para salir en su auxilio.
- **Presión o pressing:** Es una acción (individual o de conjunto) de marcaje sobre las posiciones contrarias, para recuperar el balón rápidamente y acelerando la marca sobre el rival y buscando su apresuramiento para hacerles perder la posesión del balón.
- **Progresión en el Juego:** Acciones realizadas por un equipo enviando el balón perpendicular a la portería adversaria.
- **Regate:** Acción técnica que nos permite avanzar con el balón, conservando y desbordando al contrario para que no intervenga en el juego. Llena de habilidad e imaginación.
- **Relevo:** Es la acción que se realiza entre dos componentes de un mismo equipo, siempre en posesión del balón, continuando con la iniciativa del juego.
- **Remate:** Es una técnica individual utilizada en el fútbol, la cual consiste en impactar el balón hacia el arco rival y este gesto puede ser realizado por el jugador en o sin carrera, y con cualquier parte del cuerpo o pie a excepción con la mano dentro del juego.
- **Repliegue:** Movimiento de retroceso que se realiza rápidamente luego de perder el balón en la zona ofensiva, con el fin de organizarse defensivamente en las zonas determinadas por el entrenador.
- **Táctica:** Procedimiento o método que conlleva para conseguir un fin determinado.
- **Técnica:** Destreza y habilidad de una persona en un arte, deporte o actividad que requiere usar estos procedimientos o recursos, que se desarrollan por el aprendizaje y la experiencia.

- **Temporización:** Es aguantar o detener la progresión ofensiva del rival después de haber perdido la posesión del balón, dicha acción se realiza sobre el poseedor del balón y es ejecutada por el jugador más próximo a él.
- **Temporización ofensiva:** Son todas aquellas acciones lentas que realiza el equipo que posee el balón, hechas con astucia, con el fin de obtener ventaja durante el juego.
- **Velocidad en el Juego:** Acciones rápidas realizadas por los jugadores de un equipo con golpes de balón precisos y oportunamente orientados.
- **Vigilancia ofensiva:** Es la acción de marcar a los rivales que no están defendiendo mientras se juega al ataque.
- **Vigilancia:** acciones que realizan los jugadores defensores de un equipo sobre su adversario aun cuando su equipo no está en posición del balón.

## **2.4 Bases epistemológicas, bases filosóficas y/o bases antropológicas (teorías que abarcan nuestra investigación)**

### **ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN**

- a. Didáctica para la Enseñanza de la Técnica del Fútbol.
- b. Táctica y Estrategia en Fútbol Universidad Nacional Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida Programa Educación.

### **AUTORES:**

- a. MILTON RIVAS BORBÓN.
- b. M.SC. OSCAR MILTON RIVAS BORBÓN LIC. ERICK SÁNCHEZ ALVARADO HEREDIA, COSTA RICA.

### **CONCLUSIÓN**

Es una propuesta pedagógica que tratan que los estudiantes y jugadores aprendan a practicar el fútbol, a consecuencia de esta obra se pretenda ser un útil herramienta de aprendizaje del fútbol, de manera eficiente y se muestran características y principios del entrenamiento del trabajo técnico, métodos específicos para la enseñanza, didáctica específica del juego, aspectos teóricos

sobre los fundamentos técnicos, y al final, se desarrollan las actividades prácticas para un aprendizaje integral. La cultura táctica del fútbol son métodos y técnicas que se interrelacionan para la práctica eficaz del fútbol.

Enseñar y transmitir al jugador a interpretar y actuar en las situaciones reales de juego, lo cual consiste en dar mucha información.

La cultura táctica es el conocimiento y entendimiento del juego que debe tener el deportista, es la forma de como pensar en un partido, la cultura táctica nos ayuda a actuar de forma inconsciente pero creativa para resolver situaciones complicadas durante el desarrollo del juego. La cultura táctica nos permite anticiparnos a situaciones del juego, intuir para saber las acciones que va a suceder posteriormente, así poder realizar medidas preventivas del juego.

## CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

### 3.1 Ámbito

El presente estudio de investigación se desarrolló en el ámbito educativo de la institución I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA en la provincia de Huánuco. Se desarrolló con los niños y niñas del VII del ciclo. Esta institución se ubica en la zona rural de Churubamba y corresponde a la región Huánuco.

### 3.2 Población

La población de estudio de este proyecto estará conformada por los estudiantes del VII CICLO de la I.E. "Micaela Bastidas" – Churubamba, Huánuco con un total de 20 estudiantes matriculados.

**TABLA 2.** Cuadro de población.

<b>GRADO Y SECCION</b>	<b>DAMAS</b>	<b>VARONES</b>	<b>TOTAL</b>
<b>4to A</b>	5	4	9
<b>4to B</b>	1	1	2
<b>5to A</b>	3	4	7
<b>5to B</b>	1	1	2
<b>TOTAL</b>	10	10	20

Elaboración: los tesistas

### 3.3 Muestra

La selección de la muestra para la aplicación directa del PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO, se realizará mediante la selección de los estudiantes del VII CICLO entre varones y mujeres y se ejecutarán los trabajos en 2 sesiones a la semana.

**TABLA 3.** Cuadro de muestreo.

<b>GÉNERO</b>	<b>CANTIDAD DE ESTUDIANTES</b>
<b>Varones</b>	10
<b>Mujeres</b>	10
<b>TOTAL</b>	20

Elaboración: los tesisistas

### **3.4 Nivel y tipo de estudio.**

#### **INVESTIGACIÓN EXPLICATIVA:**

Está dirigida también a explicar las causas de los eventos físicos y técnicos y conocido también como investigación ex-post-facto en relación con EL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO DEL FÚTBOL, nos hace referencia a la importancia de estar preparados físicamente, técnica y psicológicamente para desarrollar una idea de juego dentro del terreno de juego y el contexto social, así buscando las causas y consecuencias de cada acción, gesto y movimiento que se realiza tiene una finalidad, por lo tanto a través de este programa aplicaremos una estrategia para mejorar la cultura táctica del fútbol en nuestros deportistas y estudiantes.

#### **Tipo de investigación.**

#### **INVESTIGACIÓN APLICATIVA:**

Este tipo de investigación se enfoca en la solución de problemas y en la aplicación inmediata, esto nos ayudará en la aplicación directa del programa de entrenamiento físico y técnico del fútbol para conocer, actuar y modificar mediante el desarrollo del programa la cultura táctica de los estudiantes del VII CICLO de la I.E: “Micaela Bastidas”–Churubamba, Huánuco.

### **3.5 Diseño y esquema de la investigación.**

#### **3.5.1. Diseño.**

#### **DISEÑO PRE EXPERIMENTALES**

### **DISEÑO PRE-TEST POS-TEST CON UN SOLO GRUPO:**

Este diseño nos muestra una relación directa con el programa de entrenamiento físico y técnico que aplicaremos en la I.E. con la evaluación antes y después. Antes para saber la condición técnica en la que se encuentran los estudiantes, asimismo durante el transcurso del entrenamiento iremos desarrollando el programa de entrenamiento técnico y al final una nueva evaluación para ver el grado de influencia del programa aplicada en relación a la mejora de la cultura táctica realizados a los estudiantes enfocándonos únicamente en los nuevos resultados.

#### **3.5.2. Esquema.**

**G: O1 ————— X ————— O2**

**G:** Grupo o Muestra

**O1:** Pre test (prueba de entrada)

**X:** Aplicación (PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO FÍSICO Y TÉCNICO)

**O2:** Pos test (prueba de salida)

### **3.6 Métodos, técnicas e instrumentos.**

#### **a) Para la variable independiente:**

Se utilizó la técnica experimental, ya que se trabajó en la parte práctica desde la propuesta de las estrategias de entrenamiento en los estudiantes del VII ciclo de secundaria, considerando 16 actividades de aprendizaje significativos, debidamente estructuras y planificadas para la investigación, siguiendo los procesos pedagógicos y cognitivos y más aún se buscó la práctica, mejora, evaluación y control de las tácticas del fútbol para así evidenciarla mejora y resultados en sus manifestaciones prácticas y sobre soto en situaciones reales de partidos de fútbol.

**b) Para la variable dependiente:****Lista de cotejo:**

Se utilizó este instrumento con la finalidad de recoger información a través de la observación sistemática. Ella estuvo estructurada teniendo en cuenta los fundamentos del fútbol como son: conducción, dominio y control, pase, recepción, dribling, remate y finta en el fútbol, ya que a través de las manifestaciones observables los estudiantes evidenciaban el proceso de aprendizaje de la variable problema. Sirvió, asimismo, para contrastar resultados del pre y pos test de la investigación por la misma naturaleza de un estudio cuasi experimental, ya que permitió realizar los comparativos de ambos grupos de estudio. El instrumento se elaboró en base a 28 preguntas con las dimensiones establecidas al inicio.

**Pretest o prueba de entrada.**

Nos permitió conocer la situación real de dominio de las tácticas del fútbol en los alumnos de la muestra antes de la aplicación de la estrategia de entrenamiento; es decir, nos sirvió para realizar el diagnóstico, tan importante para saber cómo se evidenciaban las situaciones problemáticas en la muestra correspondiente.

**Postest o prueba de salida.**

Nos permitió conocer los resultados finales de la investigación, en este caso ya luego de aplicar toda la propuesta de sesiones de entrenamiento, conocer en qué medida habían mejorado en las tácticas del fútbol en relación a la evaluación de inicio, y sobre todo los comparativos con los grupos de control y experimental.

**3.7 Validación y confiabilidad del instrumento.**

Con la finalidad de obtener resultados que se ajusten a la verdad y sobre todo que sean consistentes para la presente investigación, dicho instrumento de la variable dependiente se hizo validar a través de jueces expertos en la materia, ellos profesionales de educación física. Los expertos validaron sobre todo el aspecto del contenido teniendo los reactivos debidamente representados desde



las variables de estudio en todas sus propiedades de investigación. Asimismo, todo este proceso de validación nos permitió darles consistencia a los datos recogidos ya que correspondían efectivamente a lo que buscábamos desde un inicio en la investigación para el programa de entrenamiento técnico para desarrollar la táctica del fútbol en los estudiantes del vii ciclo en la I.E “Micaela Bastidas” Churubamba, Huánuco.

### **3.8 Procedimiento.**

Para el trabajo de investigación se siguió un procedimiento debidamente planificado desde la observación, recojo de información, validación, una forma establecida de trabajo y un modo de presentación según el esquema de grados de la UNHEVAL. Este trabajo se presentó en base a los lineamientos establecidos y teniendo en cuenta las líneas de investigación de la UNHEVAL.

### **3.9 Tabulación y análisis de datos.**

#### **3.9.1. Tabulación**

Se utilizó para formar un conjunto de símbolos o valores de modo que los datos sean tabulados; generalmente se efectuó con números o letras. Esta tabulación se realizó, aplicando programas o paquetes estadísticos de sistema computarizado como el SPSS y Microsoft Excel.

#### **3.9.2. Análisis de datos.**

Se utilizó el método experimental para tabular dato obtenido en el trabajo de campo, habiendo utilizado el programa SPSS y el Excel.

Se utilizó la estadística descriptiva e inferencial, los mismos que permitieron describir estadísticos necesarios en la investigación; se hizo uso de tablas y gráficos en los que se evidenciaron las frecuencias absoluta y porcentual. Asimismo, se analizó los datos para la respectiva contrastación de hipótesis, con una prueba de normalidad y que finalmente se presente con la distribución T de Student.

### **3.10 Consideraciones éticas**

El presente informe final de investigación se presenta habiendo considerado los aspectos éticos y normativos para desarrollar trabajos con seres humanos, en este caso se tuvo un consentimiento informado por parte de los directivos y padres de familia para desarrollar la presente investigación y publicar los resultados sin que se tenga que divulgar los datos específicos de cada estudiante. Se respetó la normatividad vigente de grados y títulos de la UNHEVAL.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

Las observaciones correspondientes al desarrollo de la táctica del fútbol se sistematizaron en tablas estadísticas con frecuencias absoluta y porcentual; asimismo, se presenta las figuras estadísticas que ilustran de manera gráfica el comportamiento de los datos. También se presenta la contratación de hipótesis mediante una prueba no paramétrica con el contraste de Wilcoxon con muestras relacionadas.

Las escalas para la sistematización de resultados son las siguientes:

**TABLA 4.** Escalas sobre el desarrollo de psicomotricidad

Escala cualitativa	Escala cuantitativa
En proceso	1
Regular	2
Bueno	3
Excelente	4

---

Elaboración: Los investigadores

### **4.1. Análisis e interpretación de observaciones del pretest y postest**

#### **4.1.1. Resultados del pretest y postest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol**

**TABLA 5.** Datos del pretest respecto al desarrollo de la táctica del fútbol en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.

<b>PRETEST</b>													
<b>DESARROLLO DE LA TÁCTICA DEL FÚTBOL</b>													
	<b>D1</b>						<b>D2</b>						<b>Prom. general</b>
	<b>TÁCTICA INDIVIDUAL Y GRUPAL O COLECTIVA</b>						<b>TÁCTICA DEL PARTIDO, POSICIONAL Y FIJA</b>						
	<b>Ítem 1</b>	<b>Ítem 2</b>	<b>Ítem 3</b>	<b>Ítem 4</b>	<b>Ítem 5</b>	<b>Dimensión 1</b>	<b>Ítem 11</b>	<b>Ítem 12</b>	<b>Ítem 13</b>	<b>Ítem 14</b>	<b>Ítem 15</b>	<b>Dimensión 2</b>	
<b>1</b>	3	3	3	2	3	<b>14</b>	2	3	2	2	2	<b>11</b>	<b>13</b>
<b>2</b>	3	3	3	3	2	<b>14</b>	3	3	1	2	3	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>3</b>	2	2	3	2	3	<b>12</b>	3	3	2	2	2	<b>12</b>	<b>12</b>
<b>4</b>	3	3	3	2	3	<b>14</b>	2	3	1	3	2	<b>11</b>	<b>13</b>
<b>5</b>	2	3	2	2	2	<b>11</b>	2	2	1	1	2	<b>8</b>	<b>10</b>
<b>6</b>	3	3	3	3	2	<b>14</b>	3	3	2	2	2	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>7</b>	3	3	2	3	3	<b>14</b>	2	3	2	2	2	<b>11</b>	<b>13</b>
<b>8</b>	2	2	2	3	3	<b>12</b>	2	2	1	2	3	<b>10</b>	<b>11</b>
<b>9</b>	2	2	2	2	3	<b>11</b>	2	3	2	2	3	<b>12</b>	<b>12</b>
<b>10</b>	3	3	2	1	2	<b>11</b>	1	2	1	1	1	<b>6</b>	<b>9</b>
<b>11</b>	3	2	2	1	2	<b>10</b>	2	2	1	1	1	<b>7</b>	<b>9</b>
<b>12</b>	2	2	2	1	2	<b>9</b>	2	2	1	1	1	<b>7</b>	<b>8</b>
<b>13</b>	1	3	2	1	2	<b>9</b>	2	2	1	2	2	<b>9</b>	<b>9</b>
<b>14</b>	2	3	2	2	3	<b>12</b>	2	3	2	2	2	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>15</b>	1	2	2	2	3	<b>10</b>	3	3	1	1	2	<b>10</b>	<b>10</b>
<b>16</b>	2	3	3	2	2	<b>12</b>	2	3	2	2	2	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>17</b>	1	2	2	2	3	<b>10</b>	2	2	1	1	2	<b>8</b>	<b>9</b>
<b>18</b>	2	3	3	1	3	<b>12</b>	2	2	1	2	2	<b>9</b>	<b>11</b>
<b>19</b>	1	2	3	1	3	<b>10</b>	2	1	1	1	2	<b>7</b>	<b>9</b>
<b>20</b>	2	3	3	2	3	<b>13</b>	2	2	2	2	1	<b>9</b>	<b>11</b>

Elaboración: Los investigadores

**TABLA 6.** Datos del postest respecto al desarrollo de la táctica del fútbol en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.

<b>POSTEST</b>													
<b>DESARROLLO DE LA TÁCTICA DEL FÚTBOL</b>													
	<b>D1</b> <b>TÁCTICA INDIVIDUAL Y</b> <b>GRUPAL O COLECTIVA</b>						<b>D2</b> <b>TÁCTICA DEL PARTIDO,</b> <b>POSICIONAL Y FIJA</b>						<b>Prom.</b> <b>general</b>
	<b>Ítem 1</b>	<b>Ítem 2</b>	<b>Ítem 3</b>	<b>Ítem 4</b>	<b>Ítem 5</b>	<b>Dimensión 1</b>	<b>Ítem 11</b>	<b>Ítem 12</b>	<b>Ítem 13</b>	<b>Ítem 14</b>	<b>Ítem 15</b>	<b>Dimensión 2</b>	
<b>1</b>	3	4	4	3	4	<b>18</b>	3	4	3	3	4	<b>17</b>	<b>18</b>
<b>2</b>	3	4	4	3	4	<b>18</b>	3	4	2	3	3	<b>15</b>	<b>17</b>
<b>3</b>	3	3	4	3	4	<b>17</b>	3	3	3	4	4	<b>17</b>	<b>17</b>
<b>4</b>	4	3	3	3	3	<b>16</b>	3	4	3	3	4	<b>17</b>	<b>17</b>
<b>5</b>	3	4	3	3	2	<b>15</b>	3	4	2	3	3	<b>15</b>	<b>15</b>
<b>6</b>	4	3	3	4	2	<b>16</b>	4	3	2	4	4	<b>17</b>	<b>17</b>
<b>7</b>	3	3	4	4	4	<b>18</b>	3	4	3	4	4	<b>18</b>	<b>18</b>
<b>8</b>	3	4	3	4	4	<b>18</b>	4	3	3	4	4	<b>18</b>	<b>18</b>
<b>9</b>	3	4	4	3	4	<b>18</b>	3	3	2	3	3	<b>14</b>	<b>16</b>
<b>10</b>	3	3	4	3	3	<b>16</b>	3	3	2	3	3	<b>14</b>	<b>15</b>
<b>11</b>	3	3	3	1	2	<b>12</b>	3	3	3	2	3	<b>14</b>	<b>13</b>
<b>12</b>	2	3	3	1	2	<b>11</b>	3	3	2	3	3	<b>14</b>	<b>13</b>
<b>13</b>	2	4	4	2	3	<b>15</b>	4	4	2	4	4	<b>18</b>	<b>17</b>
<b>14</b>	2	4	4	2	3	<b>15</b>	4	3	2	3	4	<b>16</b>	<b>16</b>
<b>15</b>	2	2	3	3	3	<b>13</b>	3	3	2	3	3	<b>14</b>	<b>14</b>
<b>16</b>	4	4	3	2	3	<b>16</b>	4	4	3	3	3	<b>17</b>	<b>17</b>
<b>17</b>	2	3	3	3	3	<b>14</b>	3	3	2	2	4	<b>14</b>	<b>14</b>
<b>18</b>	4	3	4	3	4	<b>18</b>	3	3	3	4	4	<b>17</b>	<b>18</b>
<b>19</b>	3	3	3	2	3	<b>14</b>	3	3	2	3	3	<b>14</b>	<b>14</b>
<b>20</b>	3	3	3	3	4	<b>16</b>	4	3	3	4	3	<b>17</b>	<b>17</b>

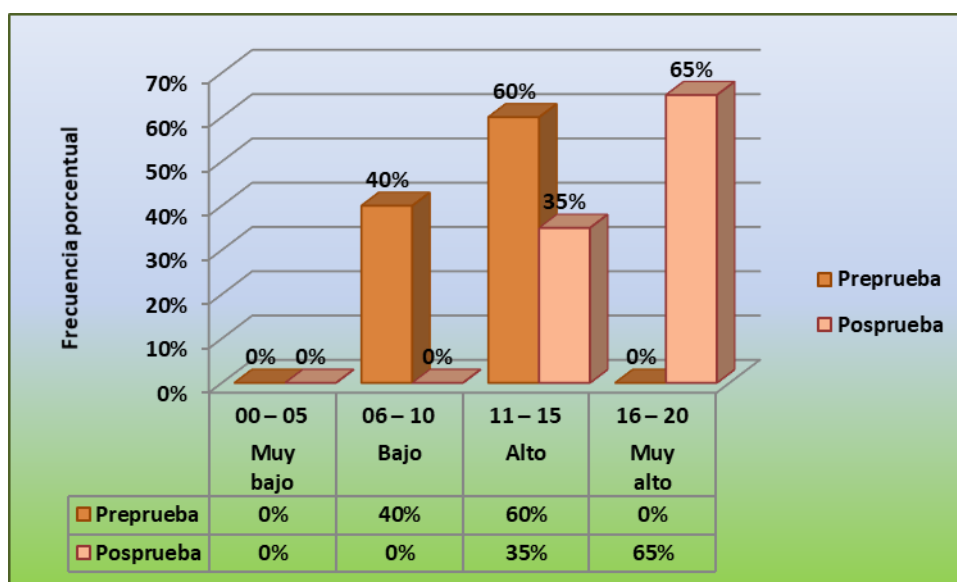
Elaboración: Los investigadores

#### 4.1.2. Resultados del pretest y postest sobre la variable desarrollo de la táctica del fútbol

**TABLA 7.** Resultados del pretest y postest sobre la variable desarrollo de la táctica del fútbol en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.

Escala	Pretest		Postest		
	fi	%	fi	%	
[0 ; 05]	En proceso	0	0%	0	0%
[6 ; 10]	Regular	8	40%	0	0%
[11 ; 15]	Bueno	12	60%	7	35%
[16 ; 20]	Excelente	0	0%	13	65%
TOTAL		20	100%	2	100%

**FIGURA 1.** Resultados del pretest y postest sobre la variable desarrollo de la táctica del fútbol en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.



#### INTERPRETACIÓN:

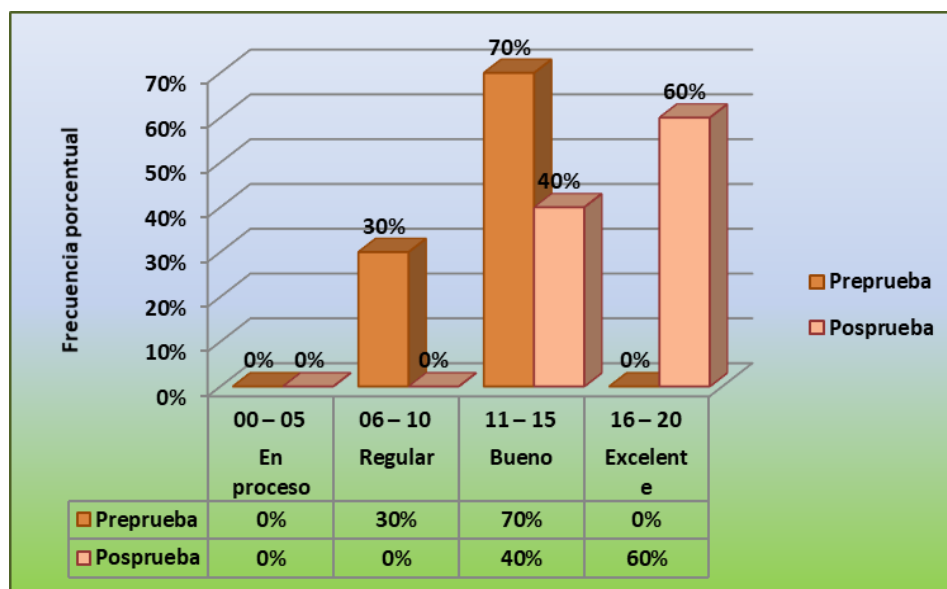
La tabla 4 y figura 1 muestran resultados del pretest y postest de la variable desarrollo de la táctica del fútbol en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.

En el pretest se evidencia que el 40% de estudiantes se encontraban en el nivel de **regular**, el 60% en **bueno** y ninguno se ubicaba en las escalas **en proceso** ni **excelente**. En el postest, después de la aplicación del programa de entrenamiento técnico se observa que el 65% de los referidos estudiantes mostraron el desarrollo de dicha táctica en la escala de **excelente**, el 35% en **bueno** y ninguno se quedó por debajo de estas escalas. Los mostrado señala que, si hubo resultados significativos en el desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva y de la táctica del partido, posicional y fija.

**TABLA 8.** Resultados del pretest y postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.

	Escala	Pretest		Postest	
		fi	%	fi	%
[0 - 05 ]	En proceso	0	0%	0	0%
[0 ; 05]	Regular	6	30%	0	0%
[6 ; 10]	Bueno	14	70%	8	40%
[11 ; 15]	Excelente	0	0%	12	60%
	TOTAL	20	100%	2	100%

**FIGURA 2.** Resultados del pretest y postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.



### INTERPRETACIÓN:

La tabla 5 y figura 2 muestran resultados del pretest y postest de la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.

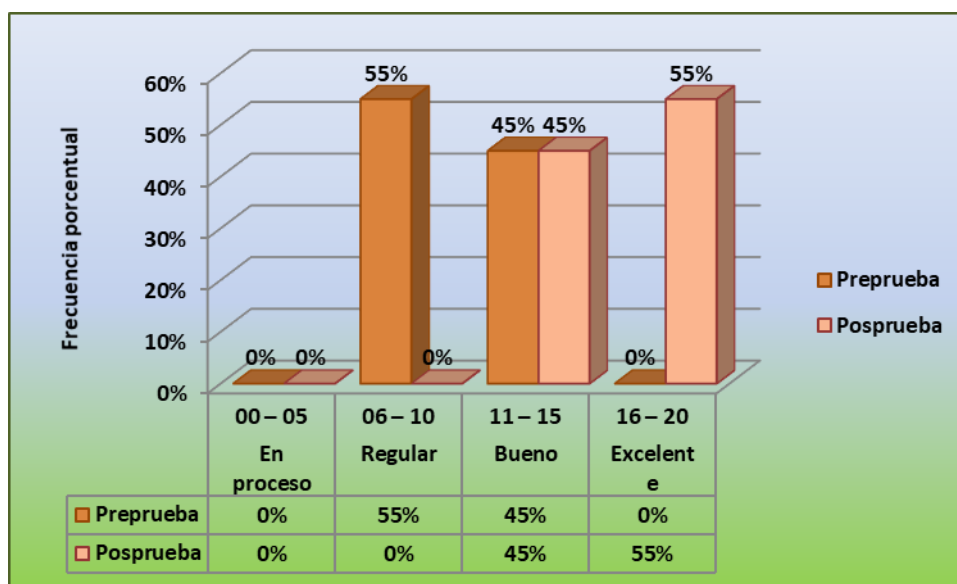
En el pretest se evidencia que el 30% de estudiantes se encontraban en el nivel de **regular**, el 70% en **bueno** y ninguno se ubicaba en las escalas **en proceso** ni **excelente**. En el postest, después de la aplicación del programa de entrenamiento técnico se observa que el 60% de los referidos estudiantes mostraron el desarrollo de dicha táctica en la escala de **excelente**, el 40% en **bueno** y ninguno se quedó por debajo de estas escalas. Los mostrados señalan que, si hubo resultados significativos en el desarrollo de la referida táctica, mostrando que el estudiante tenía mejor pertinencia para realizar centros con el balón en movimiento desde los costados hacia el área, realizar repliegues para cubrir la zona defensiva, realizar coberturas para ayudar a sus compañeros al momento que su equipo está defendiendo; asimismo para ejecutar movimientos de barridas llegando limpiamente a recuperar el balón; también, para desmarcarse de la presión de los defensores y creando espacios libres.

**TABLA 9.** Resultados del pretest y postest sobre la dimensión 2: Desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.



	Escala	Pretest		Postest	
		fi	%	fi	%
[0 ; 05]	En proceso	0	0%	0	0%
[6 ; 10]	Regular	11	55%	0	0%
[11 ; 15]	Bueno	9	45%	9	45%
[16 ; 20]	Excelente	0	0%	11	55%
	TOTAL	20	100%	2	100%

**FIGURA 3.** Resultados del pretest y postest sobre la dimensión 2: Desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.



#### INTERPRETACION:

La tabla 6 y figura 3 muestran resultados del pretest y postest de la dimensión 2: Desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija en estudiantes del VII ciclo en la I.E Micaela Bastidas de Churubamba.

En el pretest se evidencia que el 55% de estudiantes se encontraban en el nivel de **regular**, el 45% en **bueno** y ninguno se ubicaba en las escalas **en proceso** ni

**excelente.** En el posttest, después de la aplicación del programa de entrenamiento técnico se observa que el 55% de los referidos estudiantes mostraron el desarrollo de dicha táctica en la escala de **excelente**, el 45% en **bueno** y ninguno se quedó por debajo de estas escalas. Los mostrados señalan que, si hubo resultados significativos en el desarrollo de la referida táctica, mostrando que el estudiante tenía mejor pertinencia para realizar coberturas para ayudar a sus compañeros, controlar su ritmo de respiración al jugar en zona de frío y calor, ejecutar jugadas en los tiros libres creando estrategias para sacar provecho, ejecutar jugadas en los saques de esquina y laterales y así beneficiándose positivamente de las jugadas, asimismo, para realizar movimientos de pressing de una manera ordenada, tanto en zona ofensiva y defensiva.

#### **4.2. Prueba de normalidad.**

##### **a. Prueba de normalidad previa a la contrastación de la hipótesis general**

El comportamiento de los datos u observaciones conllevaron a realizar una prueba no paramétrica, en este caso mediante el contraste de los Rangos de Wilcoxon con muestras relacionadas.

Un procedimiento preliminar es la prueba de normalidad, quien orientó al tipo de prueba que se realizó.

##### **4.2.1. Prueba de hipótesis general.**

1°. Hipótesis del proceso de normalidad

H<sub>0</sub>: Los datos se aproximan a la normalidad.

H<sub>a</sub>: Los datos no se aproximan a la normalidad.

2°. Nivel de significancia:  $\alpha = 0.05$

3°. Estadístico de prueba de normalidad (Shapiro Wilk, cuando  $n < 50$ ).

**TABLA 10.** Prueba de normalidad del pretest y postest de resultados generales de la variable desarrollo de la táctica del fútbol

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Pretest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol	,182	20	,083	,885	20	,022
Postest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol	,262	20	,001	,872	20	,013

a. Corrección de significación de Lilliefors

4°. Decisión: De acuerdo a Shapiro – Wilk, el p-valor del pretest y postest son menores que  $\alpha = 0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula (de normalidad); y se confirma que los datos no se aproximan a una distribución normal. En ese sentido la prueba fue no paramétrica a través del contraste de rangos con signos de Wilcoxon.

**b. Prueba de normalidad previa a la contrastación de las hipótesis específicas.**

La prueba de normalidad de los datos que participan en las pruebas de hipótesis específicas también se sometieron a la prueba de normalidad.

**TABLA 11.** Pruebas de normalidad del pretest y postest de resultados generales de las dimensiones del desarrollo de la táctica del fútbol

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Pretest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva	,159	20	,197	,902	20	,046
Pretest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija	,205	20	,027	,906	20	,053

Postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva	,163	20	,174	,900	20	,041
Postest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija	,264	20	,001	,812	20	,001

a. Corrección de significación de Lilliefors

Decisión: De acuerdo a Shapiro – Wilk, el p-valor del pretest y postest de los datos involucrados para la prueba de hipótesis específicas son menores que  $\alpha = 0.05$ , ello indica que se rechaza la hipótesis nula, en consecuencia, los datos no se aproximan a una distribución normal. Por lo señalado la prueba fue no paramétrica para las pruebas específicas, a través del contraste de rangos con signos de Wilcoxon

## A. Contratación de la hipótesis general

### a) Formulación de hipótesis nula y alternativa

**H<sub>0</sub>:** El programa de entrenamiento técnico no desarrolla favorablemente la táctica del fútbol en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba - 2021.

$$\mathbf{H_0:} \quad \mu_{pos} \leq \mu_{pre}$$

**H<sub>1</sub>:** El programa de entrenamiento técnico desarrolla favorablemente la táctica del fútbol en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba - 2021.

$$\mathbf{H_1:} \quad \mu_{pos} > \mu_{pre}$$

Donde:

**H<sub>0</sub>:** Hipótesis nula

**H<sub>1</sub>:** Hipótesis alternativa

### b) Determinación de unilateralidad o bilateralidad:

Unilateral con cola a la derecha:

$$\mu_{pos} > \mu_{pre}$$

### c) Determinación del nivel de significancia: $\alpha = 0,05$ o $\alpha = (5\%)$

### d) Estadístico de prueba.

Prueba de rangos con signos de Wilcoxon.

### e) Cálculo del estadístico de la prueba

Se calculó el valor Z de Wilcoxon con el aplicativo SPSS – 25; resultando lo siguiente.

**TABLA 12.** Rangos de Wilcoxon en la prueba de hipótesis general

		<b>Rangos</b>		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
Postest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol - Pretest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol	Rangos negativos	0 <sup>a</sup>	,00	,00
	Rangos positivos	20 <sup>b</sup>	10,50	210,00
	Empates	0 <sup>c</sup>		
	Total	20		

a. Postest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol < Pretest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol.

b. Postest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol > Pretest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol

c. Postest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol = Pretest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol.

**TABLA 13.** Valor de prueba de Wilcoxon en la prueba de hipótesis general

#### Estadísticos de prueba<sup>a</sup>

Postest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol - Pretest sobre el desarrollo de la táctica del fútbol

Z	-3,969 <sup>b</sup>
Sig. asintótica(bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

#### Decisión

Los rangos negativos indican que el promedio general de pretest es menor que el promedio general del postest. Asimismo, el p – valor = 0,000 de la prueba de Wilcoxon es menor que  $\alpha = 0,05$ ; por lo que, se rechaza la hipótesis nula y se afirma que el programa de entrenamiento técnico desarrolla favorablemente

la táctica del fútbol en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba - 2021.

## B. Contrastación de hipótesis específicas

Se realizaron de forma similar a la general

### ➤ Contrastación de la hipótesis específica 1

#### a) Formulación de hipótesis nula y alternativa

**H<sub>0</sub>:** El programa de entrenamiento técnico no desarrolla favorablemente la táctica individual y grupal o colectiva en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba - 2021.

$$\mathbf{H_0: \mu_{pos} \leq \mu_{pre}}$$

**H<sub>1</sub>:** El programa de entrenamiento técnico desarrolla favorablemente la táctica individual y grupal o colectiva en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba.

$$\mathbf{H_1: \mu_{pos} > \mu_{pre}}$$

Donde:

**H<sub>0</sub>:** Hipótesis nula

**H<sub>1</sub>:** Hipótesis alternativa

#### b) Determinación de unilateralidad o bilateralidad:

Unilateral con cola a la derecha:

$$\mu_{pos} > \mu_{pre}$$

#### c) Determinación del nivel de significancia: $\alpha = 0,05$ o $\alpha =$ (5%.)

#### d) Estadístico de prueba.

Prueba de rangos con signos de Wilcoxon.

#### e) Cálculo del estadístico de la prueba

Se calculó el valor Z de Wilcoxon con el aplicativo SPSS – 25; resultando lo siguiente.

**TABLA 14.** Rangos de Wilcoxon en la prueba de hipótesis específica 1

		<b>Rangos</b>		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
Postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva - Pretest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva	Rangos negativos	0 <sup>a</sup>	,00	,00
	Rangos positivos	20 <sup>b</sup>	10,50	210,00
	Empates	0 <sup>c</sup>		
	Total	20		

a. Postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o

colectiva < Pretest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva

b. Postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o

colectiva > Pretest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva

c. Postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o

colectiva = Pretest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva.

**TABLA 15.** Valor de prueba de Wilcoxon en la prueba de hipótesis específica 1.

#### **Estadísticos de prueba<sup>a</sup>**

Postest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva - Pretest sobre la dimensión 1: desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva

Z	-3,946 <sup>b</sup>
Sig. asintótica(bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

#### **Decisión**

Los rangos negativos indican que el promedio general de pretest es menor que el promedio general del postest. Asimismo, el p – valor = 0,000 de la prueba de Wilcoxon es menor que  $\alpha = 0,05$ ; por lo que, se

rechaza la hipótesis nula y se afirma que el programa de entrenamiento técnico desarrolla favorablemente la táctica individual y grupal o colectiva en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba.

➤ **Contrastación de la hipótesis específica 2**

**a) Formulación de hipótesis nula y alternativa**

**H<sub>0</sub>:** El programa de entrenamiento técnico no desarrolla favorablemente la táctica del partido, posicional y fija en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba - 2021.

$$\mathbf{H_0: \mu_{pos} \leq \mu_{pre}}$$

**H<sub>1</sub>:** El programa de entrenamiento técnico desarrolla favorablemente la táctica del partido, posicional y fija en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba - 2021.

$$\mathbf{H_1: \mu_{pos} > \mu_{pre}}$$

Donde:

**H<sub>0</sub>:** Hipótesis nula

**H<sub>1</sub>:** Hipótesis alternativa

**b) Determinación de unilateralidad o bilateralidad:**

Unilateral con cola a la derecha:

$$\mu_{pos} > \mu_{pre}$$

**c) Determinación del nivel de significancia:  $\alpha = 0,05$  o  $\alpha =$  (5%.)**

**d) Estadístico de prueba.**

Prueba de rangos con signos de Wilcoxon.

**e) Cálculo del estadístico de la prueba**

Se calculó el valor Z de Wilcoxon con el aplicativo SPSS – 25; resultando lo siguiente.

**TABLA 16.** Rangos de Wilcoxon en la prueba de hipótesis específica 2



		<b>Rangos</b>		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
Postest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija - Pretest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija	Rangos negativos	0 <sup>a</sup>	,00	,00
	Rangos positivos	20 <sup>b</sup>	10,50	210,00
	Empates	0 <sup>c</sup>		
	Total	20		

a. Postest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija

< Pretest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija

b. Postest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija

> Pretest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija

c. Postest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija

= Pretest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija

**TABLA 17.** Valor de prueba de Wilcoxon en la prueba de hipótesis específica 2

**Estadísticos de prueba<sup>a</sup>**

	Postest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija - Pretest sobre la dimensión 2: desarrollo de la táctica del partido, posicional y fija
Z	-3,935 <sup>b</sup>
Sig. asintótica(bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

- f) Los rangos negativos indican que el promedio general de pretest es menor que el promedio general del postest. Asimismo, el p – valor = 0,000 de la prueba de Wilcoxon es menor que  $\alpha = 0,05$ ; por lo que, se rechaza la hipótesis nula y se afirma que el programa de entrenamiento técnico desarrolla favorablemente la táctica del partido, posicional y fija en estudiantes de la categoría "A" y "B" de la I.E. "Micaela Bastidas". Churubamba.

## CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo principal desarrollar la táctica del fútbol a través del programa de “Entrenamiento Técnico” mediante estrategias de sesiones de entrenamiento dirigidos a mejorar la capacidad cognitiva y física del estudiante, sobre todo, se empleó unas estrategias didácticas con juegos y circuitos para un mejor desarrollo de la técnica individual en simultáneo desarrollar la condición física del deportista y esta pueda participar de manera eficiente en táctica de juego en el fútbol. A continuación, se detallan los principales hallazgos de la investigación. De los resultados obtenidos de la presente investigación, se deduce que el programa “entrenamiento técnico” desarrolla y mejora de manera eficiente la táctica de juego de un equipo de fútbol en los estudiantes de la muestra estudiada, al momento de trabajar permanentemente el aspecto técnico de cada deportista o estudiante a través de sesiones entrenamientos con juegos y circuitos, iremos creando un ambiente muy divertido lo cual nos va permitir captar el interés, la voluntad, las ganas y la dedicación de los estudiantes hacia el aprendizaje de la técnica en el fútbol.

El desarrollo adecuado del aspecto técnico del fútbol en cada estudiante, entre los cuales, al realizar los pases a diferentes direcciones, conducir el balón con diferentes partes del cuerpo, ejecutar un disparo hacia la portería, controlar el balón, realizar el dribling a un adversario, permite desenvolverse de manera adecuada en la táctica de juego de un equipo.

Al inicio de la aplicación del pre test se pudo evidenciar algunas deficiencias en la ejecución de los gestos técnicos, y a consecuencia de ello, no se podía ejecutar una táctica de juego predispuesto por el entrenador, para lo cual los investigadores ejecutamos el programa de “ENTRENAMIENTO TÉCNICO”, que consta en la aplicación de estrategias mediante sesiones de entrenamientos dentro de los cuales están incluidos los juegos pre deportivos, circuitos dirigidos a desarrollar la parte técnica del estudiante y así el deportista pueda desempeñarse de manera eficaz en la táctica de juego de un equipo de fútbol.

Según Sánchez (2009) manifiesta que el dribling es la acción que utiliza un jugador cuando después de tomar posesión del balón, le da impulso con su mano haciéndolo rebotar contra el suelo; esta acción se da por finalizada una vez que el jugador retiene

el balón con una o dos manos. Frente a ello validamos la posición por encontrar los resultados de  $Z = 29,92$  en cuya respuesta a  $Z$  crítica  $Z = 1,64$ . En consecuencia se afirma que la aplicación del programa “REDOC” en el desarrollo de los fundamentos técnico del baloncesto es alta en estudiantes del sexto grado del nivel de educación primaria del Colegio Nacional de Aplicación – UNHEVAL, Huánuco 2018.

## CONCLUSIONES

- ✓ La aplicación del programa de Entrenamiento Técnico influye significativamente de manera positiva para desarrollar la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco. En el pretest se evidencia que el 40% de estudiantes se encontraban en el nivel de regular, el 60% en bueno y ninguno se ubicaba en las escalas en proceso ni excelente. En el posttest, después de la aplicación del programa de entrenamiento técnico se observa que el 65% de los referidos estudiantes mostraron el desarrollo de dicha táctica en la escala de excelente, el 35% en bueno y ninguno se quedó por debajo de estas escalas. Los mostrados señalan que, si hubo resultados significativos en el desarrollo de la táctica individual y grupal o colectiva y de la táctica del partido, posicional y fija.
- ✓ La aplicación del programa de Entrenamiento Técnico influye significativamente de manera positiva para mejorar el nivel de preparación para la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco. En el pretest se evidencia que el 30% de estudiantes se encontraban en el nivel de regular, el 70% en bueno y ninguno se ubicaba en las escalas en proceso ni excelente. En el posttest, después de la aplicación del programa de entrenamiento técnico se observa que el 60% de los referidos estudiantes mostraron el desarrollo de dicha táctica en la escala de excelente, el 40% en bueno y ninguno se quedó por debajo de estas escalas. Los mostrados señalan que, si hubo resultados significativos en el desarrollo de la referida táctica, mostrando que el estudiante tenía mejor pertinencia para realizar centros con el balón en movimiento desde los costados hacia el área, realizar repliegues para cubrir la zona defensiva, realizar coberturas para ayudar a sus compañeros al momento que su equipo está defendiendo; asimismo para ejecutar movimientos de barridas llegando limpiamente a recuperar el balón; también, para desmarcarse de la presión de los defensores y creando espacios libres.
- ✓ La aplicación del programa de Entrenamiento Técnico influye significativamente de manera positiva en el desarrollo de la cultura táctica del

fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco. En el pretest se evidencia que el 55% de estudiantes se encontraban en el nivel de regular, el 45% en bueno y ninguno se ubicaba en las escalas en proceso ni excelente. En el posttest, después de la aplicación del programa de entrenamiento técnico se observa que el 55% de los referidos estudiantes mostraron el desarrollo de dicha táctica en la escala de excelente, el 45% en bueno y ninguno se quedó por debajo de estas escalas. Los mostrados señalan que, si hubo resultados significativos en el desarrollo de la referida táctica, mostrando que el estudiante tenía mejor pertinencia para realizar coberturas para ayudar a sus compañeros, controlar su ritmo de respiración al jugar en zona de frío y calor, ejecutar jugadas en los tiros libres creando estrategias para sacar provecho, ejecutar jugadas en los saques de esquina y laterales y así beneficiándose positivamente de las jugadas, asimismo, para realizar movimientos de pressing de una manera ordenada, tanto en zona ofensiva y defensiva

- ✓ La aplicación del programa de "Entrenamiento Técnico" influye significativamente de manera positiva y da como resultado un logro significativo en el aprendizaje de la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco. En la observación de inicio el 31% estuvo en la escala en proceso, el 46% en regular y ninguno en las escalas de bueno ni excelente. En la observación de proceso el 100% se ubicaron en la escala de bueno con puntuaciones de 11 a 15 y ninguno se ubicó en la escala de excelente. En la observación final el 97% de ubicaron en la escala de excelente, el 3% en la escala de bueno y ninguno se quedó en las escalas en proceso ni regular.

## SUGERENCIAS

- ✓ Se recomienda a los profesores de Educación Física aplicar programas emergentes e innovadores con la finalidad de mejorar la cultura táctica del fútbol y de esta manera propender a una práctica permanente y sostenida de este deporte que repercutirá en el desarrollo bio-psicológico y en el aprendizaje corporal de sus estudiantes.
- ✓ Los docentes de Educación Física deben poner mayor el nivel de preparación del fútbol, puesto que son dimensiones de las técnicas del fútbol con menor puntuación para ello es necesario motivar a los estudiantes y ampliar los horarios de práctica de esta disciplina deportiva.
- ✓ Los responsables de la institución educativa en sus documentos normativos y operativos deben promover los talleres formativos potenciando la práctica de la disciplina del fútbol.
- ✓ A los futuros investigadores ahondar más la presente investigación en otras realidades y con otras metodologías, técnicas, estrategias y/o programas deportivos para que de esta manera se domine adecuada y sostenidamente las disciplinas deportivas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FÚTBOL DE LA LA84 FOUNDATION  
(Stacey Chapman, Edward Derse y Jacqueline Hansen)

GUÍA DIDÁCTICA DEL CURSO: TÁCTICA Y ESTRATEGIA EN FÚTBOL

(Universidad Nacional Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad  
de Vida Programa Educación Continua)

Barrio, J. (1973). MANUAL DE FÚTBOL: TÉCNICA Y TÁCTICA.

Editorial Hispano Europea; Barcelona, España.

COMISIÓN NACIONAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE (CNCFD). (s.).

México. Extraído el: 28 de agosto de 2010 desde:  
[http://www.conade.gob.mx/documentos/ened/sicced/futbol\\_N2](http://www.conade.gob.mx/documentos/ened/sicced/futbol_N2)

Herráez, B. (2003). ASPECTOS TEÓRICO-PRÁCTICOS DEL

ENTRENAMIENTO DE LAS ACCIONES A BALÓN PARADO EN EL  
FÚTBOL. Buenos Aires, Argentina. Extraído el día: 28 de agosto de 2010  
desde: <http://www.efdeportes.com/efd59/futbol.htm>

REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL. RFEF (1994). Memoria del  
Curso: Táctica, Estrategia y Sistemas de Juego. Escuela Nacional de  
Entrenadores. Madrid, España: Imprenta Sarabia.

# ANEXOS



ANEXO 1. Matriz de consistencia

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DEL VII CICLO EN LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA – .							
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES				
			VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO	METODOLOGÍA
<p><b>1.1.1 Problemas generales</b> ¿Qué efectividad tendrá el programa de entrenamiento técnico para desarrollar la táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco?</p> <p><b>1.1.2 Problemas específicos</b> a) ¿Qué nivel de preparación de cultura táctica en el fútbol tienen los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco? b) ¿Cómo influye la aplicación del programa de</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar la efectividad del programa de entrenamiento técnico para desarrollar la táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.</p> <p><b>1.3.2 Objetivos específicos</b> a) Conocer el nivel de preparación acerca de la táctica en el fútbol que tienen los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco. b) Conocer la influencia del programa de entrenamiento técnico para desarrollar la táctica del fútbol en los</p>	<p><b>3.1 Hipótesis General:</b> La efectividad del programa de entrenamiento técnico para desarrollar la táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.</p> <p><b>3.2 Hipótesis Específicas:</b> a) El programa de "Entrenamiento Técnico" mejora el nivel de preparación para la táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco b) La aplicación del programa de "Entrenamiento Técnico" influye de manera positiva en el desarrollo de la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la</p>	VI: PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO	CONDUCCIÓN	Realiza la conducción del balón con la parte interna del pie	SESION DE APRENDISAJE	<p><b>4.1. Tipo y nivel de investigación.</b> TIPO: INVESTIGACIÓN APLICATIVA:  <b>O1:</b> Pre test (prueba de entrada) <b>X:</b> Aplicación (PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO) <b>O2:</b> Pos test (prueba de salida)</p>
Realiza la conducción del balón con la parte externa del pie.							
Realiza la conducción del balón con la parte frontal (empeine) del pie, planta y taco.							
CONTROL O RECEPCIÓN DEL BALÓN	Recepciona el balón con la parte interna del pie.						
	Recepciona el balón con la parte externa del pie.						
	Recepciona el balón con el pecho.						
PASES	Recepciona el balón con el muslo						
	Ejecuta pases con diferentes partes del pie.						
	Ejecuta pases direccionados.						
	Ejecuta pases largos hacia su propio compañero.						
DISPARO O REMATE	Ejecuta pases cortos.						
	Disparos del balón con dirección cruzada.						
	Realiza disparos del balón en forma diagonal y preciso.						

<p>entrenamiento técnico para desarrollar la táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco?</p> <p>c) ¿Cuál es el logro del programa de entrenamiento técnico en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco?</p>	<p>estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.</p> <p>c) Determinar el logro del programa de entrenamiento técnico para desarrollar la táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco..</p>	<p>I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.</p> <p>c) El programa de "Entrenamiento Técnico" da como resultado un logro significativo en el aprendizaje de la táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.</p>	<p><b>VD: LA TÁCTICA EN EL FÚTBOL.</b></p>		Realiza disparos el balón a la portería de larga distancia.	<p>LISTA DE COTEJOS</p>	
					Realiza disparos del balón en forma directa.		
				TÁCTICA INDIVIDUAL	Acciones de táctica individual ofensiva: realizar centros, desmarcarse por parte de los delanteros, etc. Acciones de táctica individual defensiva: retroceder, demorar, marcar, cubrir la zona, barrerse, otras.		
				TÁCTICA GRUPAL	Jugadas de que realizan 2 o más jugadores de un mismo equipo sin llegar a involucrarse todo el equipo .		
				TÁCTICA POSICIONAL	Aspecto defensivo: acciones de coberturas. Aspecto ofensivo: jugadas de desmarques.		
				TÁCTICA COLECTIVA	La marcación zonal, el juego en bloque, la realización del pressing, otras		
				TÁCTICA DEL PARTIDO	Para su desarrolla de esta táctica mayormente implica la forma de jugar del equipo rival, el desempeño de los jugadores propios y rivales, el factor climático, jugar de visita o en nuestra propia casa.		
				TÁCTICA FIJA	Son todas las acciones de táctica que se realizan para sacar provecho en los saques de banda, saque inicial, los tiros libres, etc.		

## ANEXO 2. Consentimiento informado



**CONSENTIMIENTO INFORMADO**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL – HERMILIO**  
**VALDIZAN**



ID:

FECHA: / /

**TÍTULO:** PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO.

**OBJETIVO:** Determinar la efectividad del programa de entrenamiento técnico para desarrollar la cultura táctica del fútbol en los estudiantes de secundaria de la I.E. "Micaela Bastidas" Churubamba, Huánuco.

**INVESTIGADOR:****Consentimiento / Participación voluntaria**

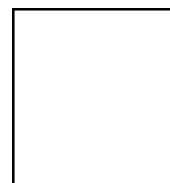
Acepto participar en el estudio: He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente. Consiento voluntariamente participar en este estudio y entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la intervención (tratamiento) sin que me afecte de ninguna manera.

**Firmas del participante o responsable legal**

Huella digital si el caso lo amerita

Firma del participante: \_\_\_\_\_

Firma del investigador responsable: \_\_\_\_\_





8	CRISPIN DAMIAN, Ethel			Yellow			Blue				Green			Purple			Red			12
9	RUFINO GONZALES, Amelia			Yellow			Blue				Green			Purple			Red			11
10	CHACON BENANCIO, Estefani		Yellow			Blue					Green				Purple			Red		11
11	EDUARDO MERCEDES, Giovana		Yellow			Blue					Green				Purple			Red		10
12	ESPINOZA FALCON, Yerry Arely			Yellow			Blue				Green				Purple			Red		09
13	LLAGAS ATANACIO, Yudith				Yellow		Blue				Green				Purple			Red		09
14	SUSANO TOLENTINO, Drucila Janeth			Yellow			Blue				Green				Purple			Red		12
15	TARAZONA ESQUIVEL, Marco Antonio				Yellow		Blue				Green				Purple			Red		10
16	BENANCIO PEREZ, Manuel Oswaldo			Yellow			Blue			Green					Purple			Red		12
17	DOROTEA PEREZ, Christian				Yellow		Blue				Green				Purple			Red		10
18	CRISOSTOMO CRESPO, Jans Danilo			Yellow			Blue				Green					Purple			Red	12
19	TORRES PEREZ, Fiorella				Yellow		Blue				Green					Purple			Red	11
20	TOLENTINO SANCHEZ, Eder			Yellow			Blue				Green				Purple			Red		13

**GUÍA DE OBSERVACIÓN N° 02**

**RESULTADOS ANTES DE LA APLICACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE**

**DIMENSIÓN: TÁCTICA DEL PARTIDO, POSICIONAL, FIJA, INDIVIDUAL Y GRUPAL**

INDICADORES		Realiza coberturas para ayudar a sus compañeros.				Controla su ritmo de respiración al jugar en zona de frío y calor.				Ejecuta jugadas en los tiros libres creando estrategias para sacar provecho				Ejecuta jugadas en los saques de esquina y laterales y así beneficiándose positivamente de las jugadas.				Realiza movimientos de pressing de una manera ordenada, tanto en zona ofensiva y defensiva				PROMEDIO	PROMEDIO G
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D		
<b>VALORACIÓN</b>		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D		
<b>PUNTAJE</b>		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES</b>																							
1	CUSQUI MARTIN, Sherly Yuridia			2			3					2				2					1	11	
2	RODRIGUEZ SANCHEZ, Luz		2				3						2			2			1			12	
3	DOLORES RUIZ, Wendy		2				3					2				2					1	12	
4	VILLANUEVA ROMERO, Jhonatan			2			3						2		2						1	11	
5	GONZALES SANCHEZ, Alexander M.			2			3	2					2				1				1	08	
6	TOLENTINO PEREZ, Miguel		2				3					2				2					1	12	
7	BENANCIO PEREZ, Manuel Oswaldo			2			3					2				2					1	11	
8	CRISPIN DAMIAN, Ethel			2			3						2			2			1			10	

9	RUFINO GONZALES, Amelia			Yellow		Blue				Orange				Orange			Red		12
10	CHACON BENANCIO, Estefani				Yellow		Blue				Orange				Orange			Red	07
11	EDUARDO MERCEDES, Giovana			Yellow			Blue				Orange				Orange			Red	07
12	ESPINOZA FALCON, Yerry Arely			Yellow			Blue				Orange				Orange			Red	07
13	LLAGAS ATANACIO, Yudith			Yellow			Blue				Orange			Orange			Red	09	
14	SUSANO TOLENTINO, Drucila Janeth			Yellow		Blue				Orange				Orange			Red	13	
15	TARAZONA ESQUIVEL, Marco Antonio		Yellow			Blue					Orange				Orange		Red	11	
16	BENANCIO PEREZ, Manuel Oswaldo			Yellow		Blue				Orange				Orange			Red	13	
17	DOROTEA PEREZ, Christian			Yellow			Blue				Orange				Orange		Red	08	
18	CRISOSTOMO CRESPO, Jans Danilo			Yellow			Blue				Orange				Orange		Red	09	
19	TORRES PEREZ, Fiorella			Yellow				Blue			Orange				Orange		Red	07	
20	TOLENTINO SANCHEZ, Eder			Yellow			Blue			Orange				Orange			Red	09	





10	CHACON BENANCIO, Estefani		Blue			Yellow		Green				Orange			Dark Blue			16
11	EDUARDO MERCEDES, Giovana		Blue			Yellow		Green					Orange			Dark Blue		12
12	ESPINOZA FALCON, Yerry Arely			Blue		Yellow		Green					Orange			Dark Blue		11
13	LLAGAS ATANACIO, Yudith			Blue		Yellow		Green					Orange			Dark Blue		15
14	SUSANO TOLENTINO, Drucila Janeth			Blue		Yellow		Green					Orange			Dark Blue		15
15	TARAZONA ESQUIVEL, Marco Antonio			Blue			Yellow	Green				Orange				Dark Blue		13
16	BENANCIO PEREZ, Manuel Oswaldo	Blue				Yellow		Green					Orange			Dark Blue		16
17	DOROTEA PEREZ, Christian			Blue		Yellow		Green					Orange			Dark Blue		14
18	CRISOSTOMO CRESPO, Jans Danilo	Blue				Yellow		Green					Orange			Dark Blue		18
19	TORRES PEREZ, Fiorella		Blue			Yellow		Green					Orange			Dark Blue		14
20	TOLENTINO SANCHEZ, Eder		Blue			Yellow		Green					Orange			Dark Blue		16

**GUÍA DE OBSERVACIÓN N° 02**

**RESULTADOS DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE**

**DIMENSIÓN: TÁCTICA DEL PARTIDO, POSICIONAL, FIJA, INDIVIDUAL Y GRUPAL.**

INDICADORES		Realiza coberturas para ayudar a sus compañeros.				Controla su ritmo de respiración al jugar en zona de frío y calor.				Ejecuta jugadas en los tiros libres creando estrategias para sacar provecho				Ejecuta jugadas en los saques de esquina y laterales y así beneficiándose positivamente de las jugadas.				Realiza movimientos de pressing de una manera ordenada, tanto en zona ofensiva y defensiva				PROMEDIO	PROMEDIO G
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D		
<b>VALORACIÓN</b>		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D		
<b>PUNTAJE</b>		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES</b>																							
<b>1</b>	CUSQUI MARTIN, Sherly Yuridia		4			4					3				4			4					17
<b>2</b>	RODRIGUEZ SANCHEZ, Luz		4			4					3				4			4					15
<b>3</b>	DOLORES RUIZ, Wendy		4			4					3				4			4					17
<b>4</b>	VILLANUEVA ROMERO, Jhonatan		4			4					3				4			4					17
<b>5</b>	GONZALES SANCHEZ, Alexander M.		4			4					3				4			4					15
<b>6</b>	TOLENTINO PEREZ, Miguel	4				4					3				4			4					17
<b>7</b>	BENANCIO PEREZ, Manuel Oswaldo		4			4					3				4			4					18

8	CRISPIN DAMIAN, Ethel	Red				Yellow			Blue		Orange			Green			18
9	RUFINO GONZALES, Amelia		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			14
10	CHACON BENANCIO, Estefani		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			14
11	EDUARDO MERCEDES, Giovana		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			14
12	ESPINOZA FALCON, Yerry Arely		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			14
13	LLAGAS ATANACIO, Yudith	Red			Yellow				Blue		Orange			Green			18
14	SUSANO TOLENTINO, Drucila Janeth	Red				Yellow			Blue		Orange			Green			16
15	TARAZONA ESQUIVEL, Marco Antonio		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			14
16	BENANCIO PEREZ, Manuel Oswaldo	Red			Yellow				Blue		Orange			Green			17
17	DOROTEA PEREZ, Christian		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			14
18	CRISOSTOMO CRESPO, Jans Danilo		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			17
19	TORRES PEREZ, Fiorella		Red			Yellow			Blue		Orange			Green			14
20	TOLENTINO SANCHEZ, Eder	Red				Yellow			Blue		Orange			Green			17

## PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO

**Titulada: PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO.**



## INTRODUCCIÓN

El programa de entrenamiento técnico consiste en la aplicación de un conjunto de ejercicios físicos y técnicos para la enseñanza de los fundamentos básicos y técnicos con la finalidad de la mejora de la táctica de juego del fútbol de los estudiantes del VII CICLO en la I.E: “MICAELA BASTIDAS”, CHURUBAMBA, Huánuco. Y consta de una secuencia de sesiones.

Comprende las siguientes sesiones:

1. “Conducción del balón con la parte interna del pie en diferentes lugares y mejorando mi técnica y visión de juego” (evaluación de inicio).
2. “Conducción del balón con la parte externa del pie para mejorar mi técnica y visión juego”.
3. “Conducción con diferentes partes del pie para saber utilizar diferentes zonas del campo”.
4. “Mejorando mi técnica de la recepción con la parte interna y externa del pie mediante juegos y circuitos”.
5. Mejorando mi técnica de la recepción del balón con el muslo.
6. Mejorando mi técnica de la recepción con el pecho.
7. Mejorando mi técnica de realización de pases con dirección.
8. Mejorando mi técnica de realización de pases con cualquier parte del pie.
9. Mejorando mi técnica de realización de pases largos y cortos.
10. Mejorando mi técnica de remates a la portería en forma cruzada y en diagonal.
11. Mejorando mi técnica de remates de larga y media distancia a la portería.
12. Mejorando mi técnica de remates del balón en forma directa hacia la portería. (Evaluación final)

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1

*Título de la Sesión:* “Conducción del balón con la parte interna del pie en diferentes lugares y mejorando mi técnica y visión de juego”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 01</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	31/09/2021
<b>GRADO SECCIÓN</b>	4 <sup>0</sup> y 5 <sup>0</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**  
**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b>  <b>Recuperación de</b>  <b>saberes previos</b>  <b>Conflicto cognitivo</b>  <b>Adecuación Morfo</b>  <b>Funcional</b></p> <p>(2/10)</p>	<p>Una breve presentación con los estudiantes, estimados estudiantes tengan un saludo cordial por parte de los profesores encargados de realizar un proyecto de tesis para mejorar su técnica y poder desarrollar la táctica en el fútbol y todos ustedes puedan ser competitivos en diferentes actividades deportivas de esta disciplina.</p> <p>En este primer día realizaremos los trabajos de conducción del balón con la parte interna del pie con el objetivo de mejorar el traslado del balón de un lugar a otro de una manera segura sin que nadie te la quite y así poder realizar un buen pase o un disparo de una manera eficiente. A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Qué entiendes por la técnica? ¿Cómo se puede mejorar la técnica en el fútbol? ¿Qué es la conducción en el fútbol? ¿Conocen algunos tipos de conducción en el fútbol?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 5 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente,</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos Conducción con balón</p> <p><b><u>Conducción del balón.</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> En un espacio libre los jugadores trotan, la mitad del grupo con balón y la otra mitad sin balón, cuando suena el silbato se pasa el balón al jugador cercano que trota sin balón.  Dimensiones del espacio: Libre  Duración: 4 minutos. Movilidad articular</p>	<p>15 minutos</p>

	<p><b><u>Movilidad articular</u></b>  <b>Descripción:</b> Cada jugador realiza los ejercicios para movilidad que indica el entrenador.  Dimensiones del espacio: Libre  Duración: 4 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido (6/10)</i></p>	<p>Ejercicios:</p> <p><b>1. <u>Conducción en espacio reducido y anotaciones.</u></b>  Descripción: En un espacio delimitado se distribuyen los jugadores en dos grupos, el objetivo es conducir el balón y anotar en las canchitas ubicadas en el espacio, la anotación es válida si el jugador atraviesa la canchita conduciendo el balón.  Dimensiones del espacio: 40 x 40m  Duración: 2 x 2 minutos.</p> <p><b>2. <u>Conducción frontal</u></b>  Descripción: Se distribuyen los jugadores en 5 grupos  Ejercicios:  1. Conducción con pierna dominante.  2. Conducción con pierna no dominante.  3. Conducción con dominio de balón.  4. Conduce y detiene balón con pierna dominante  5. Conduce con pierna no dominante  Duración: 2 minutos cada ejercicio.</p> <p><b>3. <u>Colectivo</u></b>  <b>Descripción:</b> Se distribuyen los jugadores en dos grupos en un espacio delimitado y se realiza colectivo.  Sólo se podrá rematar después de conducir. Dimensiones del espacio: ½ o cancha completa</p> <p>Duración: 2 x 10 minutos</p>	60 minutos
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico (2/10)</i></p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.  Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.  Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de conducción y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	15 minutos



## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....

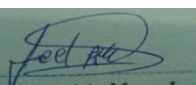
.....

.....

.....

.....

.....

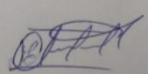


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

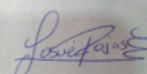


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N°2

*Título de la Sesión:* “Conducción del balón con la parte externa del pie para mejorar mi técnica y visión juego”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 02</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	<b>08/10/2021</b>
<b>GRADO SECCIÓN</b>	4 <sup>o</sup> y 5 <sup>o</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas" - Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<b>COMPETENCIAS</b>	<b>CAPACIDADES</b>	<b>DESEMPEÑOS</b>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Una breve presentación con los estudiantes, estimados estudiantes tengan un saludo cordial Y bienvenidos a esta segunda clase de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos días</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de conducción del balón con la parte externa del pie con el objetivo de mejorar el traslado del balón de un lugar a otro de una manera segura sin que nadie te la quite y así poder realizar un buen pase o un disparo de una manera eficiente.</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de conducción con la parte externa del pie? ¿Cuál su importancia durante un partido de futbol?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 5 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente,</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p>Conducción con balón</p> <p><b><u>Conducción del balón con la parte externa del pie.</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> En un espacio libre los jugadores trotan, la mitad del grupo con balón y la otra mitad sin balón, cuando suena el silbato se pasa el balón al jugador cercano que trota sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 4 minutos. Movilidad articular</p>	<p>15 minutos</p>

	<p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p> <p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p>Ejercicios:</p> <p><b>4. <u>Conducción frontal</u></b></p> <p>Descripción: Se distribuyen los jugadores en 5 grupos</p> <p>Ejercicios:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conducción con pierna dominante.</li> <li>2. Conducción con pierna no dominante.</li> <li>3. Conducción con dominio de balón.</li> <li>4. Conduce y detiene balón con pierna dominante</li> <li>5. Conduce con pierna no dominante</li> </ol> <p>Duración: 2 minutos cada ejercicio.</p> <p><b>5. <u>Colectivo</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> Se distribuyen los jugadores en dos grupos en un espacio delimitado y se realiza colectivo.</p> <p>Sólo se podrá rematar después de conducir. Dimensiones del espacio: ½ o cancha completa</p> <p>Duración: 2 x 10 minutos</p>	60 minutos
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos</p>	15 minutos

	realizar para mejorar la técnica de conducción y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.	
--	--	--

## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....

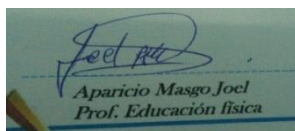
.....

.....

.....

.....

.....

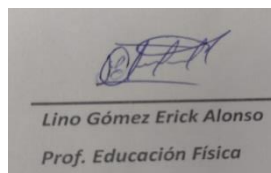


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

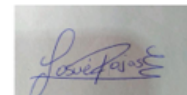


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 3

*Título de la Sesión:* “CONDUCCIÓN CON DIFERENTES PARTES DEL PIE PARA SABER UTILIZAR DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 03</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

#### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	12/10/2021
<b>GRADO SECCIÓN</b>	Y 4 <sup>0</sup> y 5 <sup>0</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

#### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<b>COMPETENCIAS</b>	<b>CAPACIDADES</b>	<b>DESEMPEÑOS</b>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la segunda clase de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de conducción del balón concon diferentes partes del pie (interna, externa, planta, etc.) con el objetivo de mejorar el traslado del balón de un lugar a otro de una manera segura sin que nadie te la quite y así poder realizar un buen pase o un disparo de una manera eficiente.</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de conducción con la parte de la planta del pie? ¿Cuál su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye la conduccion del balón en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p>Conducción con balón</p> <p><b><u>Conducción del balón con diferentes partes del pie, planta del pie, borde interno, borde externo, externo.</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> En un espacio libre los jugadores trotan, la mitad del grupo con balón y la otra mitad sin balón, cuando suena el silbato se pasa el balón al jugador cercano que trota sin balón.</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 3 minutos.</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p> <p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p>Ejercicios:</p> <p><b>6. <u>Conducción frontal</u></b></p> <p>Descripción: Se distribuyen los jugadores en 5 grupos</p> <p>Ejercicios:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conducción con pierna dominante.</li> <li>2. Conducción con pierna no dominante.</li> <li>3. Conducción con dominio de balón.</li> <li>4. Conduce y detiene balón con pierna dominante sobre los conos.</li> <li>5. Conduce con pierna no dominante</li> </ol> <p>Duración: 2 minutos cada ejercicio.</p> <p><b>7. <u>Colectivo</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> Se distribuyen los jugadores en dos grupos en un espacio delimitado y se realiza colectivo.</p> <p>Sólo se podrá rematar después de conducir. Dimensiones del espacio: ½ o cancha completa</p> <p>Duración: 2 x 10 minutos</p>	60 minutos
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p>	15 minutos



<p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i> (2/10)</p>	<p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de conducción y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	
--	---	--

### V.- EVALUACIÓN

<b>CRITERIOS</b>	<b>DESEMPEÑOS</b>	<b>EVIDENCIAS</b>	<b>INSTRUMENTOS</b>
<p><b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b></p>	<p>Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.</p>	<p>Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.</p>	<p><b>Ficha de observación</b></p>

### VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....

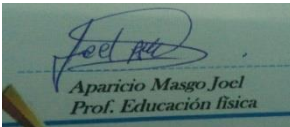
.....

.....

.....

.....

.....

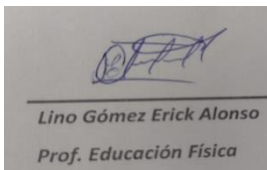


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

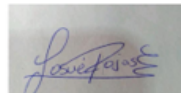


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

**SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 4**

*Título de la Sesión:* “MEJORANDO MI TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN CON LA PARTE INTERNA Y EXTERNA DEL PIE MEDIANTE JUEGOS Y CIRCUITOS”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 04</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

**I.- DATOS INFORMATIVOS**

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	<b>14/10/2021</b>
<b>GRADO SECCIÓN</b>	<b>Y</b> 4 <sup>o</sup> y 5 <sup>o</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas" - Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

**II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:**

<b>COMPETENCIAS</b>	<b>CAPACIDADES</b>	<b>DESEMPEÑOS</b>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	<p>Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.</p>

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la cuarta clase de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de recepción con el borde interno y externo del pie con el objetivo de mejorar el control del balón de un lugar a otro de una manera segura sin que nadie te la quite y así poder realizar un buen pase o un disparo de una manera eficiente</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica del control? ¿Cuál su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye el control del balón en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p>Conducción con balón</p> <p><b><u>Control del balón con la parte interna y externa del pie.</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> en un espacio libre situamos a los estudiantes frente a frente a una distancia de 1.5 m, asignamos lado A y B, empezamos trabajando con el lado B con el balón lo lanza con dirección hacia el pie</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>del compañero y trabaja el lado A, después de 5 minutos cambiamos el turno de trabajo. El trabajo consiste para mejorar la recepción con la parte interna y externa del pie.</p> <p>Y con el pasar los minutos vamos corrigiendo los gestos técnicos y los posibles errores que se van evidenciando durante el entrenamiento.</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p> <p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p>Ejercicios:</p> <p><b>8. <u>Conducción frontal</u></b></p> <p>Descripción: Se distribuyen los jugadores en 5 grupos</p> <p>Ejercicios:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conducción con pierna dominante.</li> <li>2. Conducción con pierna no dominante.</li> <li>3. Conducción con dominio de balón.</li> <li>4. Conduce y detiene balón con pierna dominante sobre los conos.</li> <li>5. Conduce con pierna no dominante</li> </ol> <p>Duración: 2 minutos cada ejercicio.</p> <p><b>9. <u>Colectivo</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> Se distribuyen los jugadores en dos grupos en un espacio delimitado y se realiza colectivo.</p> <p>Sólo se podrá rematar después de conducir. Dimensiones del espacio: ½ o cancha completa</p> <p>Duración: 2 x 10 minutos</p>	60 minutos

<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico (2/10)</i></p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de conducción y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	<p>15 minutos</p>
--	---	-------------------

## V.- EVALUACIÓN

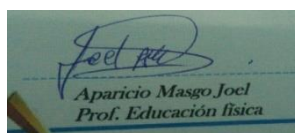
<b>CRITERIOS</b>	<b>DESEMPEÑOS</b>	<b>EVIDENCIAS</b>	<b>INSTRUMENTOS</b>
<p><b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b></p>	<p>Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.</p>	<p>Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.</p>	<p><b>Ficha de observación</b></p>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....

.....

.....

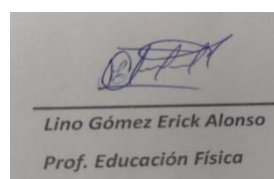


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

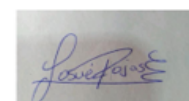


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 5

*Título de la Sesión:* “MEJORANDO MI TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN DEL BALÓN CON EL MUSLO”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 05</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	<b>19/10/2021</b>
<b>GRADO SECCIÓN</b>	Y 4 <sup>o</sup> y 5 <sup>o</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josué		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<i>COMPETENCIAS</i>	<i>CAPACIDADES</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la quinta clase de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de recepción del balón con el muslo, con el objetivo de mejorar el control del balón, de un lugar a otro de una manera segura sin que nadie te la quite y así poder realizar un buen pase o un disparo de una manera eficiente.</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de la recepción del balón con el muslo? ¿Cuál su importancia durante un partido de fútbol? ¿Cómo influye el control del balón en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p>Conducción con balón</p>	<p>15 minutos</p>

<p style="text-align: center;"><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p style="text-align: center;">(6/10)</p>	<p><b>RECEPCIÓN Y PASE</b></p> <p><b>Descripción:</b> Se ubican dos jugadores en cada cono frente a frente, el estudiante lanza el balón hacia el muslo del compañero este al recibir el balón en el muslo lo atrapa con la mano y le devuelve otra vez para que siga trabajando 10 repeticiones e cada muslo, y una vez completado la serie pasa a trabajar el otro compañero, recibe el pase del compañero de manera que realice una recepción orientada.</p> <p><b>Variante:</b> una vez que hemos realizado de manera estática después lo realizamos con movimientos y mayor dinamismo esta actividad.</p> <p><b>Dimensiones del espacio:</b> 30 x 30 m</p> <p><b>CUENTA TOQUES CON ANOTACIÓN</b></p> <p><b>Descripción:</b> Se ubican dos grupos de 10 jugadores cada uno y en cada esquina se ubica un marco en forma de triángulo. Cada equipo ataca dos marcos y defiende dos marcos. Cuando complete el número de pases indicado por el entrenador puede ir a anotar a alguno de los marcos, la anotación vale si un compañero de equipo se coloca dentro del marco y antes de tomar el balón debe recepcionar obligatoriamente.</p> <p><b>Dimensiones del espacio:</b> ½ cancha</p> <p><b>Duración:</b> 10 minutos.</p>	<p style="text-align: center;">60 minutos</p> <p style="text-align: center;">CONOS Y BALONES PLATILLOS</p>
<p style="text-align: center;"><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b>Evaluación</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Metacognición</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p style="text-align: center;">(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p><b>Dimensiones del espacio:</b> ¼ de cancha.</p> <p><b>Duración:</b> 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de control con la parte externa del pie y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	<p style="text-align: center;">15 minutos</p>



## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

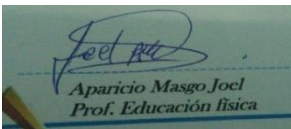
.....

.....

.....

.....

.....

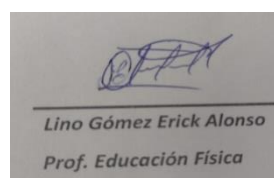


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

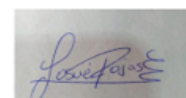


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

*ESTUDIANTE*



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 6

*Título de la Sesión:* “MEJORANDO MI TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN CON EL PECHO”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 06</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	<b>21/10/2021</b>
<b>GRADO SECCIÓN</b>	Y 4 <sup>o</sup> y 5 <sup>o</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<i>COMPETENCIAS</i>	<i>CAPACIDADES</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**  
**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la sexta clase de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de recepción del balón con el pecho, con el objetivo de mejorar el control del balón que viene del aire de un lugar a otro de una manera segura sin que nadie te la quite y así poder realizar un buen pase o un disparo de una manera eficiente, A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica del control con el pecho? ¿Cuál su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye el control del balón en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>Estos estiramientos se realiza por un tiempo de 10 segundos, conducción con balón</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p><b><u>Control del balón con el pecho</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> en un espacio libre situamos a los estudiantes frente a frente a una distancia de 1.5 m, asignamos lado A y B, empezamos trabajando con el lado B con el balón lo lanza con dirección hacia el pie del compañero y trabaja el lado A, después de 5 minutos cambiamos el turno de trabajo. El trabajo consiste para mejorar la recepción con el pecho para ello se debe direccionar el balón hacia el objetivo que se quiere trabajar</p> <p>Y con el pasar los minutos vamos corrigiendo lo gestos técnicos y los posibles errores que se van evidenciando durante el entrenamient</p>	60 minutos
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de conducción y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	15 minutos

## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....

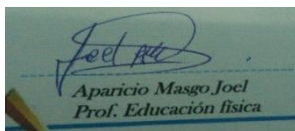
.....

.....

.....

.....

.....

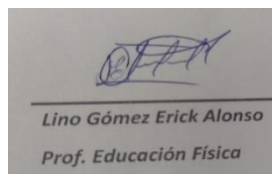


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

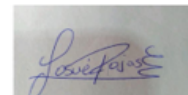


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

## SESIÓN DE APRENDIZAJE

**Título de la Sesión:** “MEJORANDO MI TÉCNICA DE REALIZACIÓN DE PASES CON DIRRECCIÓN”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 07</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	<b>28/10/2021</b>
<b>GRADO SECCIÓN</b>	Y 4 <sup>o</sup> y 5 <sup>o</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<i>COMPETENCIAS</i>	<i>CAPACIDADES</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la séptima sesión de clase de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de realización de pases del balón a diferentes direcciones, con el objetivo de mejorar los pases que son fundamentales para desarrollar una táctica en el futbol,</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de los pases a diferentes direcciones? ¿Cuál su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye la técnica de los pases en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p>Conducción con balón</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p><b><u>Realización de los pases a diferentes direcciones.</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> en un espacio de 30 x 30 m, ubicamos de 5 a 8 estudiantes en forma de un círculo, en el centro situamos 2 estudiantes para realizar las marcas, mientras los deportistas del costado circularan el balón a diferentes direcciones, primero trabajamos con un balón y así vamos rotando los turnos de marcaje, cada 2 minutos ingresa 2 estudiantes al centro.</p>	60 minutos
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de los pases a diferentes direcciones y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	15 minutos



## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....

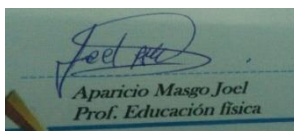
.....

.....

.....

.....

.....

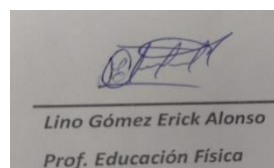


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

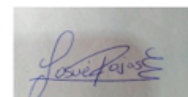


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 8

**Título de la Sesión:** “MEJORANDO MI TÉCNICA DE REALIZACIÓN DE PASES CON CUALQUIER PARTE DEL PIE”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 08</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	<b>02/11/2021</b>
<b>GRADO SECCIÓN</b>	4 <sup>o</sup> y 5 <sup>o</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<i>COMPETENCIAS</i>	<i>CAPACIDADES</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....

IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)

<i>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</i>	<i>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</i>	<i>TIEMPO Y RECURSOS</i>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la séptima sesión de clase de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de realización de pases del balón con diferentes partes del pie por ejemplo con el borde interno, externo, punta etc, con el objetivo de mejorar los pases que son fundamentales para desarrollar una táctica en el futbol,</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de los pases a diferentes partes del pie o el cuerpo? ¿Cuál su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye la técnica de los pases en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p><b><u>Realización de los pases a diferentes partes del pie o el cuerpo</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> en un espacio de 30 x 30 m, ubicamos de 5 a 8 estudiantes en forma de un círculo, en el centro situamos 2 estudiantes para realizar los pases a los estudiantes que están en el costado, los pases se realizara mínimo a 2 contactos, mientras los deportistas del costado le devolverán el balón al estudiante que se encuentra en el centro para ello realizarán los pases ya sea con borde interno o externo del pie. Y así cada 2 minuto ingresara otro 2 estudiantes al centro para distribuir los balones a los costados.</p> <p>Variante: pase con la cabeza, el trabajo con desplazamientos y mayor dinámica.</p>	60 minutos
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de los pases y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	15 minutos

## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

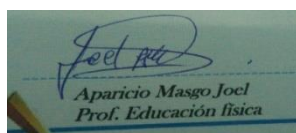
## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....

.....

.....

.....

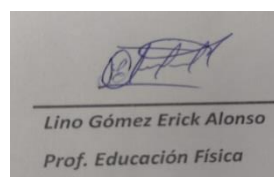


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

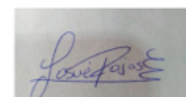


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

*ESTUDIANTE*



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 9

*Título de la Sesión:* “MEJORANDO MI TÉCNICA DE REALIZACIÓN DE PASES LARGOS Y CORTOS”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 09</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	04/11/2021
<b>GRADO SECCIÓN</b>	4 <sup>0</sup> y 5 <sup>0</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la novena sesión de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de realización de pases largos y cortos con diferentes partes del pie por ejemplo con el borde interno, externo, punta etc, con el objetivo de mejorar los pases que son fundamentales para desarrollar una táctica en el futbol,</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de los pases largos y cortos a diferentes partes del pie o el cuerpo? ¿Cuál su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye la técnica de los pases en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p><b><u>Realización de los pases a diferentes partes del pie o el cuerpo</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> en un espacio de 20 x 20 m, ubicamos a los estudiantes frente a una distancia de 5 metros para realizar los pases cortos el golpeo del balón lo realizamos con el borde interno y externo del pie, y así vamos utilizando diferente partes del cuerpo para realizar el pases corto. los pases se realizara mínimo a 2 contactos,</p> <p>Variante: realizamos los pases con la cabeza, el trabajo con desplazamientos y mayor dinámica.</p> <p>Para la realización de pases largos utilizamos principalmente el empeine del pie, para ello nos situamos por parejas pero a una distancia de 20 m aproximadamente, para poder ejecutar los pases largos.</p> <p>Y al finalizar en un partido de practica aplicamos todo lo aprendido.</p>	60 minutos
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de los pases largos y cortos y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	15 minutos

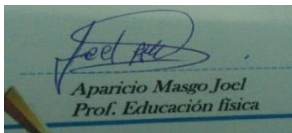


**V.- EVALUACIÓN**

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

**VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES**

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

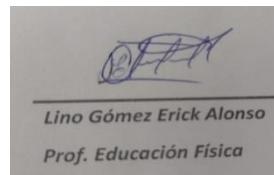


Aparicio Masgo Joel  
 Prof. Educación física

ESTUDIANTE

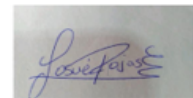


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
 Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
 Prof. Educación física

ESTUDIANTE

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 10

**Título de la Sesión:** “MEJORANDO MI TÉCNICA DE REMATES A LA PORTERÍA EN FORMA CRUZADA Y EN DIAGONAL”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 10</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	09/11/2021
<b>GRADO SECCIÓN</b>	Y 4 <sup>0</sup> y 5 <sup>0</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<i>COMPETENCIAS</i>	<i>CAPACIDADES</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a la novena sesión de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de realización de remates en forma cruzada a la portería para ello utilizaremos el borde interno del pie y el empeine para desarrollar un buen remate y desarrollar esta habilidad que es muy importante para solucionar acciones de ataque que es muy importante en una táctica en el futbol,</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de remates cruzados a la portería con diferentes partes del pie o el cuerpo? ¿Cuál es su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye la técnica de los remates cruzados en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p><b><u>REALIZACIÓN DE LOS REMATES EN FORMA CRUZADA Y DIAGONAL.</u></b></p> <p><b>Descripción:</b> Formamos 2 grupos de trabajo A y B. En la A trabajamos ejercicios de coordinación con los aros y realizamos remates en forma cruzada y diagonal al arco, pero con el empeine y borde interno, el golpeo del balón se realizará con fuerza y muy direccionado y el lado B se trabaja con los conos y realizando ejercicios de saltos sobre los conos y realizando las mismas acciones de remate.</p> <p>Y así iremos alternando de trabajo una vez que hemos cumplido las series de trabajo.</p> <p>Variante:</p> <p>Y al finalizar en un partido de practica aplicamos todo lo aprendido</p>	<p>60 minutos</p> <p>CONOS Y BALONES ARITOS</p>
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de los remates en forma diagonal y cruzado y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	<p>15 minutos</p>

## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión mas objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

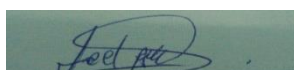
.....

.....

.....

.....

.....

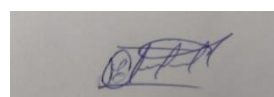


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

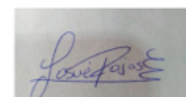


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

*ESTUDIANTE*



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 11

*Título de la Sesión:* “MEJORANDO MI TÉCNICA DE REMATES DE LARGA Y MEDIA DISTANCIA A LA PORTERÍA ”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 11</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	<b>11/11/2021</b>
<b>GRADO SECCIÓN</b>	Y 4 <sup>0</sup> y 5 <sup>0</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<i>COMPETENCIAS</i>	<i>CAPACIDADES</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

III.-ENFOQUE TRANSVERSAL:.....

IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a La undécima sesión de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de realización de remates de larga y media distancia a la portería para ello utilizaremos el borde interno del pie y el empeine para desarrollar un buen remate y desarrollar esta habilidad que es muy importante para solucionar acciones de ataque que es muy importante en una táctica en el futbol,</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas          ¿Cómo se puede mejorar la técnica de remates de media y larga distancia? ¿Cuál es su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye la técnica de los remates de larga distancia en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores,10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p> <p>Dimensiones del espacio: Libre</p>	<p>15 minutos</p>

	Duración: 5 minutos.	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p><b><u>REALIZACIÓN DE LOS REMATES DE LARGA Y MEDIA DISTANCIA</u></b></p> <p><b>descripción:</b> formamos 2 grupos de trabajo A y B. en la A trabajamos ejercicios de coordinación con los aros y realizamos remates de 20 metros de la portería y así de manera progresiva iremos alejándonos de la portería , pero el golpeo se ejecuta con el empeine y borde interno, el golpeo del balón se realizará con fuerza y muy direccionado y el lado B se trabaja con los conos y realizando ejercicios de saltos sobre los conos y realizando las mismas acciones de remate.</p> <p>Y así iremos alternando de trabajo una vez que hemos cumplido las series de trabajo.</p> <p>Variante:</p> <p>Y al finalizar en un partido de practica aplicamos todo lo aprendido.</p>	<p>60 minutos</p> <p>CONOS Y BALONES ARITOS</p>
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de los remates de larga y media distancia y les recomendamos que manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	<p>15 minutos</p>

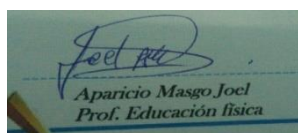


## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión más objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

.....  
 .....  
 .....

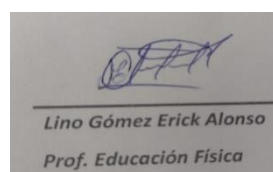


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

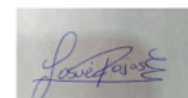


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

*ESTUDIANTE*



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

*ESTUDIANTE*

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 12

**Título de la Sesión:** “MEJORANDO MI TÉCNICA DE REMATES DEL BALÓN EN FORMA DIRECTA HACIA LA PORTERÍA ”

<b>Sesión de Aprendizaje N°: 12</b>	<b>Unidad Didáctica N°:01</b>	<b>N° de Horas: 2</b>
-------------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### I.- DATOS INFORMATIVOS

<b>ÁREA</b>	Educación Física	<b>FECHA</b>	16/11/2021
<b>GRADO SECCIÓN</b>	Y 4 <sup>o</sup> y 5 <sup>o</sup> "A", "B"	<b>DURACIÓN</b>	90 minutos
<b>I.E.</b>	" Micaela Bastidas"- Las Palmeras		
<b>DOCENTES</b>	APARICIO MASGO, Joel LINO GOMEZ. Erick Alonso SANCHEZ ROJAS, Josue		

### II.- PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

<i>COMPETENCIAS</i>	<i>CAPACIDADES</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.

**III. ENFOQUE TRANSVERSAL:.....**

**IV.- SECUENCIA DIDÁCTICA (PROCESOS PEDAGÓGICOS Y COGNITIVOS)**

<b>SECUENCIAS PEDAGÓGICAS</b>	<b>ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO Y RECURSOS</b>
<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p><b>Motivación</b></p> <p><b>Recuperación de saberes previos</b></p> <p><b>Conflicto cognitivo</b></p> <p><i>Adecuación Morfo Funcional</i></p> <p>(2/10)</p>	<p>Situamos a los estudiantes en un círculo y les damos la bienvenida a La duodécima sesión de entrenamiento y tengan todos Uds. muy buenos tardes y felicitarles por su puntualidad.</p> <p>En la clase de hoy realizaremos los trabajos de realización de remates de larga y media distancia a la portería para ello utilizaremos el borde interno del pie y el empeine para desarrollar un buen remate y desarrollar esta habilidad que es muy importante para solucionar acciones de ataque que es muy importante en una táctica en el futbol,</p> <p>A continuación, realizamos las siguientes preguntas ¿Cómo se puede mejorar la técnica de remates en forma directa? ¿Cuál es su importancia durante un partido de futbol? ¿Cómo influye la técnica de los remates en forma directa en parte táctica del juego?</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trote durante 10 minutos alrededor del campo.</li> <li>✓ Elevación de los miembros inferiores hacia delante, a los costados y hacia atrás.</li> <li>✓ Ejercicios de los abductores, 10 repeticiones hacia adentro y 10 repeticiones hacia fuera.</li> <li>✓ Ejercicios de salticadas con elevación de los brazos con un desplazamiento de 10 metros aproximadamente.</li> <li>✓ Ejercicios de lateralidades o zig-zac.</li> <li>✓ Desplazamientos en triangulo.</li> </ul> <p>Estiramientos de los siguientes músculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cuádriceps</li> <li>✓ Tríceps</li> <li>✓ Bíceps.</li> </ul> <p>.Etc. estos estiramientos por un tiempo de 10 segundos</p> <p><b><u>Movilidad articular.</u></b></p> <p>Nos situamos en el centro del campo y cada estudiante realiza los ejercicios que indica el docente.</p> <p>Principalmente empezando desde los tobillos y culminando en el cuello.</p>	<p>15 minutos</p>

	<p>Dimensiones del espacio: Libre</p> <p>Duración: 5 minutos</p>	
<p><b><u>PARTE MEDULAR</u></b></p> <p><b>Construcción del aprendizaje</b></p> <p><i>Aplicación/Transferencia de lo aprendido</i></p> <p>(6/10)</p>	<p><b><u>REALIZACIÓN DE LOS REMATES EN FORMA DIRECTA HACIA LA PORTERÍA-</u></b></p> <p><b>descripción:</b> formamos 2 grupos de trabajo A y B. en la A trabajamos ejercicios de coordinación con los aros y realizamos remates de 15 metros de la portería y así de manera progresiva iremos alejándonos de la portería, pero el golpeo se ejecuta con el empeine y borde interno, el golpeo del balón se realizará con fuerza y muy direccionado y el lado B se trabaja con los conos y realizando ejercicios de saltos sobre los conos y realizando las mismas acciones de remate.</p> <p>Y así iremos alternando de trabajo una vez que hemos cumplido las series de trabajo.</p> <p>Variante:</p> <p>Y al finalizar en un partido de practica aplicamos todo lo aprendido.</p>	<p>60 minutos</p> <p>CONOS Y BALONES ARITOS</p>
<p><b><u>FINALIZACIÓN</u></b></p> <p><b>Evaluación</b></p> <p><b>Metacognición</b></p> <p><i>Equilibrio Psicofísico</i></p> <p>(2/10)</p>	<p><b><u>Trote suave y movilidad articular.</u></b></p> <p>Descripción: Los jugadores realizan un trote suave sin balón.</p> <p>Dimensiones del espacio: ¼ de cancha.</p> <p>Duración: 4 minutos.</p> <p>Finalizamos la sesión con estiramientos suaves, enseguida preguntamos a los estudiantes que actividades podemos realizar para mejorar la técnica de los remates en forma directa y les recomendamos que de manera individual practiquen ejercicios que hemos desarrollado durante la sesión y para la siguiente clase traer sus bebidas hidratantes y frutas.</p>	<p>15 minutos</p>

## V.- EVALUACIÓN

<i>CRITERIOS</i>	<i>DESEMPEÑOS</i>	<i>EVIDENCIAS</i>	<i>INSTRUMENTOS</i>
<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>	Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros, compartiendo con sus pares de distinto género e incluyendo a compañeros con desarrollo diferente, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.	Los estudiantes practican la conducción del balón con una visión más objetiva y siendo conscientes de su importancia en este deporte.	<b>Ficha de observación</b>

## VI.- SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES:

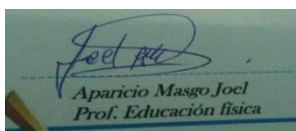
.....

.....

.....

.....

.....

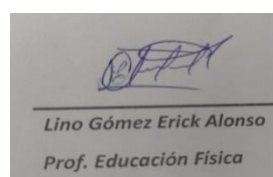


Aparicio Masgo Joel  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

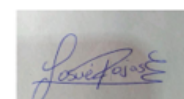


Docente de Área I.E.



Lino Gómez Erick Alonso  
Prof. Educación Física

ESTUDIANTE



Josué Sánchez Rojas  
Prof. Educación física

ESTUDIANTE

**ANEXO 4.** Constancia de similitud de tesis



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN-HUÁNUCO  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Unidad de Investigación  
"Año de Unidad, la Paz y el Desarrollo"



## **CONSTANCIA DE SIMILITUD N°219-2023 SOFTWARE ANTIPLAGIO – (FCE) – UNHEVAL**

La unidad de investigación de la: Facultad de Ciencias de la Educación, emite la presente constancia de Antiplagio, aplicando al Software TURNITIN, la cual reporta un 26%. de similitud, correspondiente a los interesados **APARICIO MASGO Joel, LINO GOMEZ Erick Alonso y SANCHEZ ROJAS Simon Josue** del trabajo de investigación, **PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO** de la Carrera Profesional de Educación Física, considerando como asesor al **Dr. Omar Hans CONTRERAS CANTO**

### **DECLARANDO (APTO)**

Se expide la presente, para los trámites pertinentes

Pillco Marca, 17 de octubre 2023



**Dr. Edwin Roger Esteban Rivera**

**Director de la Unidad de Investigación Facultad de Ciencias de la Educación**

**UNHEVAL**

NOMBRE DEL TRABAJO

**PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO**

AUTOR

**APARICIO MASGO Joel  
LINO GOMEZ Erick Alonso y  
SANCHEZ ROJAS Simon Josue**

RECUENTO DE PALABRAS

**35505 Words**

RECUENTO DE CARACTERES

**194721 Characters**

RECUENTO DE PÁGINAS

**198 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**4.5MB**

FECHA DE ENTREGA

**Oct 17, 2023 11:44 AM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Oct 17, 2023 11:46 AM GMT-5**

### ● 26% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 26% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 12% Base de datos de trabajos entregados
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)
- Material citado



**ANEXO 5.** Acta de defensa de tesis



"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZÁN-HUÁNUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**



**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las 09:00 a.m., del día 21 de noviembre del 2023, reunidos en la Sala de Grados de la Facultad de Ciencias de la Educación los docentes que fueron designados como miembros del Jurado según Resolución N° 3153-2023-UNHEVAL-FCE/D de fecha 17 de noviembre de 2023, conformados por:

Mg. Carlos Abelardo VILLANUEVA Y CHANG	Presidente
Mg. José Luis VELA ROJAS	Secretario
Mg. Jorge Antonio RIOS SORIA	Vocal

Con el asesoramiento del Dr. Omar Hans CONTRERAS CANTO el (la) Bachiller: **Joel APARICIO MASGO** aspirante al Título Profesional de Licenciado (a) en Educación Especialidad: **Educación Física**, se dio por iniciado el proceso de sustentación de la tesis titulada: **PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO.**

Concluido el proceso de sustentación, cada miembro del jurado procedió a la evaluación del (de la) aspirante, teniendo presente los criterios de evaluación siguientes:

- Presentación personal	Deficiente: (00-13) ( )
- Locución	Regular: ( 14 ) ( )
- Equilibrio emocional	Bueno: (15-16) ( <u>16</u> )
- Nivel de conocimiento	Muy Bueno: (17-18) ( )
- Orden y coherencia	Excelente: (19-20) ( )
- Habilidad para absolver preguntas	

Obteniendo, en consecuencia, el (la) titulando la nota de: Dieciséis

Equivalente a: Bueno

Calificación que se realizó de acuerdo al Art. 78° del Reglamento General de Grados y Títulos Modificado de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Los miembros del Jurado firman el ACTA en señal de conformidad, siendo a la: 10:40, horas del día 21 de noviembre de 2023.

\_\_\_\_\_  
 PRESIDENTE  
 DNI N° 22719123

\_\_\_\_\_  
 SECRETARIO  
 DNI N° 22518798

\_\_\_\_\_  
 VOCAL  
 DNI N° 40991755



"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZÁN-HUÁNUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**



**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las 09:00 a.m., del día 21 de noviembre del 2023, reunidos en la Sala de Grados de la Facultad de Ciencias de la Educación los docentes que fueron designados como miembros del Jurado según Resolución N° 3153-2023-UNHEVAL-FCE/D de fecha 17 de noviembre de 2023, conformados por:

Mg. Carlos Abelardo VILLANUEVA Y CHANG	Presidente
Mg. José Luis VELA ROJAS	Secretario
Mg. Jorge Antonio RIOS SORIA	Vocal

Con el asesoramiento del Dr. Omar Hans CONTRERAS CANTO el (la) Bachiller: **Erick Alonso LINO GOMEZ** aspirante al Título Profesional de Licenciado (a) en Educación Especialidad: **Educación Física**, se dio por iniciado el proceso de sustentación de la tesis titulada: **PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO.**

Concluido el proceso de sustentación, cada miembro del jurado procedió a la evaluación del (de la) aspirante, teniendo presente los criterios de evaluación siguientes:

- Presentación personal	Deficiente: (00-13) (_____)
- Locución	Regular: ( 14 ) (_____)
- Equilibrio emocional	Bueno: (15-16) ( <u>15</u> )
- Nivel de conocimiento	Muy Bueno: (17-18) (_____)
- Orden y coherencia	Excelente: (19-20) (_____)
- Habilidad para absolver preguntas	

Obteniendo, en consecuencia, el (la) titulado la nota de: Quince

Equivalente a: Bueno

Calificación que se realizó de acuerdo al Art. 78° del Reglamento General de Grados y Títulos Modificado de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Los miembros del Jurado firman el ACTA en señal de conformidad, siendo a la: 10:40, horas del día 21 de noviembre de 2023.

PRESIDENTE

DNI N° 22417123

SECRETARIO

DNI N° 22518138

VOCAL

DNI N° 40991755



"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZÁN-HUÁNUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**



**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las 09:00 a.m., del día 21 de noviembre del 2023, reunidos en la Sala de Grados de la Facultad de Ciencias de la Educación los docentes que fueron designados como miembros del Jurado según Resolución N° 3153-2023-UNHEVAL-FCE/D de fecha 17 de noviembre de 2023, conformados por:

Mg. Carlos Abelardo VILLANUEVA Y CHANG	Presidente
Mg. José Luis VELA ROJAS	Secretario
Mg. Jorge Antonio RIOS SORIA	Vocal

Con el asesoramiento del Dr. Omar Hans CONTRERAS CANTO el (la) Bachiller: **Simon Josue SANCHEZ ROJAS** aspirante al Título Profesional de Licenciado (a) en Educación Especialidad: **Educación Física**, se dio por iniciado el proceso de sustentación de la tesis titulada: **PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO.**

Concluido el proceso de sustentación, cada miembro del jurado procedió a la evaluación del (de la) aspirante, teniendo presente los criterios de evaluación siguientes:


- Presentación personal	Deficiente: (00-13) (_____)
- Locución	Regular: ( 14 ) (_____)
- Equilibrio emocional	Bueno: (15-16) ( <u>15</u> )
- Nivel de conocimiento	Muy Bueno: (17-18) (_____)
- Orden y coherencia	Excelente: (19-20) (_____)
- Habilidad para absolver preguntas	

Obteniendo, en consecuencia, el (la) titulado la nota de: Quince

Equivalente a: Bueno

Calificación que se realizó de acuerdo al Art. 78° del Reglamento General de Grados y Títulos Modificado de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Los miembros del Jurado firman el ACTA en señal de conformidad, siendo a la: 10:40, horas del día 21 de noviembre de 2023.

  
 PRESIDENTE  
 DNI N° 22417123

  
 SECRETARIO  
 DNI N° 22518138

  
 VOCAL  
 DNI N° 40991755

**ANEXO 6.** Nota Biográfica**NOTA BIOGRÁFICA**  
**APARICIO MASGO JOEL**

**JOEL APARICIO MASGO**, nació en la ciudad de Huánuco el 02 de mayo de 1997, es hijo del Sr. Gregorio Aparicio Encarnación y la Sra. Rosalina Masgo Rosario con domicilio en CHURUBAMBA en el distrito de CHURUBAMBA y departamento de HUÁNUCO.

**SUS ESTUDIOS:**

**Escolaridad:** Primaria: Institución Educativa. Primaria 34080 “CARLOS CASTILLOS RIOS” de Quechualoma – CHURUBAMBA; Secundaria: Institución Educativa “MICAELA BASTIDAS”-CHURUBAMBA.

**Estudio Superior:** Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. Facultad Ciencias de la Educación, Escuela Profesional de Educación Física.

**Formación profesional:** la experiencia laboral durante su carrera lo realizó en diferentes instituciones públicas, actualmente viene tramitando el título de licenciado en educación física en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco.

**NOTA BIOGRÁFICA****LINO GOMEZ ERICK ALONSO**

**ERICK ALONSO LINO GOMEZ**, nació en la ciudad de Huánuco el 30 de mayo de 1993, es hijo del Sr. Dante Lino Rojas y la Sra. Estelista Gomez Rojas con domicilio en AMARILIS en el distrito de AMARILIS y departamento de HUÁNUCO.

**SUS ESTUDIOS:**

**Escolaridad:** Primaria: Institución educativa “Julio Armando Ruiz Vásquez” – AMARILIS; Secundaria: Institución Educativa “Cesar Vallejo”-AMARILIS.

**Estudio Superior:** Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. Facultad Ciencias de la Educación, Escuela Profesional de Educación Física.

**Formación profesional:** la experiencia laboral durante su carrera lo realizó en diferentes instituciones públicas, actualmente viene tramitando el título de licenciado en educación física en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco.

**NOTA BIOGRÁFICA**  
**SANCHEZ ROJAS SIMON JOSUE**



**SIMON JOSUE SANCHEZ ROJAS** nació en la ciudad de Huánuco el 10 de mayo de 1996, es hijo del Sr. Simon Sanchez Crispin y la Sra. Melita Rojas Padilla con domicilio en AMARILIS en el distrito de AMARILIS y departamento de HUÁNUCO.

**SUS ESTUDIOS:**

**Escolaridad:** Primaria: Institución educativa “MARCOS DURAN MARTEL” – AMARILIS; Secundaria: Institución Educativa ““MARCOS DURAN MARTEL”- AMARILIS.

**Estudio Superior:** Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. Facultad Ciencias de la Educación, Escuela Profesional de Educación Física.

**Formación profesional:** la experiencia laboral durante su carrera lo realizó en diferentes instituciones públicas, actualmente viene tramitando el título de licenciado en educación física en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco.

**ANEXO 7. Autorización de publicación digital**





## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR UN GRADO ACADÉMICO O TÍTULO PROFESIONAL

### 1. Autorización de Publicación: (Marque con una "X")

<b>Pregrado</b>	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>Segunda Especialidad</b>		<b>Posgrado:</b>	<b>Maestría</b>		<b>Doctorado</b>
-----------------	-------------------------------------	-----------------------------	--	------------------	-----------------	--	------------------

Pregrado (tal y como está registrado en SUNEDU)

<b>Facultad</b>	CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
<b>Escuela Profesional</b>	EDUCACIÓN FÍSICA
<b>Carrera Profesional</b>	EDUCACIÓN FÍSICA
<b>Grado que otorga</b>	
<b>Título que otorga</b>	LICENCIADO EN EDUCACIÓN ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA

Segunda especialidad (tal y como está registrado en SUNEDU)

<b>Facultad</b>	
<b>Nombre del programa</b>	
<b>Título que Otorga</b>	

Posgrado (tal y como está registrado en SUNEDU)

<b>Nombre del Programa de estudio</b>	
<b>Grado que otorga</b>	

### 2. Datos del Autor(es): (Ingrese todos los datos requeridos completos)

<b>Apellidos y Nombres:</b>	APARICIO MASGO JOEL						
<b>Tipo de Documento:</b>	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	<b>Nro. de Celular:</b> 984799774
<b>Nro. de Documento:</b>	74748149				<b>Correo Electrónico:</b> joelapariciomasgos@gmail.com		

<b>Apellidos y Nombres:</b>	LINO GOMEZ ERICK ALONSO						
<b>Tipo de Documento:</b>	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	<b>Nro. de Celular:</b> 993198630
<b>Nro. de Documento:</b>	72273981				<b>Correo Electrónico:</b> ericklinogomez30@gmail.com		

<b>Apellidos y Nombres:</b>	SANCHEZ ROJAS SIMON JOSUE						
<b>Tipo de Documento:</b>	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	<b>Nro. de Celular:</b> 931240093
<b>Nro. de Documento:</b>	73616830				<b>Correo Electrónico:</b> josue.sanchezrojas21@gmail.com		

### 3. Datos del Asesor: (Ingrese todos los datos requeridos completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Asesor)

<b>¿El Trabajo de Investigación cuenta con un Asesor?:</b> (marque con una "X" en el recuadro del costado, según corresponda)								SI	<input checked="" type="checkbox"/>	NO	
<b>Apellidos y Nombres:</b>	CONTRERAS CANTO OMAR HANS					<b>ORCID ID:</b>	0000-0002-4871-0912				
<b>Tipo de Documento:</b>	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	<b>Nro. de documento:</b> 20904632				

### 4. Datos del Jurado calificador: (Ingrese solamente los Apellidos y Nombres completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Jurado)

<b>Presidente:</b>	VILLANUEVA Y CHANG CARLOS ALBERTO
<b>Secretario:</b>	VELA ROJAS JOSE LUIS
<b>Vocal:</b>	RIOS SORIA JORGE ANTONIO
<b>Vocal:</b>	
<b>Vocal:</b>	
<b>Accesitario</b>	AGUIRRE TUCTO JUAN SERGIO


**5. Declaración Jurada: (Ingrese todos los datos requeridos completos)**

a) Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: (Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)	
PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO.	
b) El Trabajo de Investigación fue sustentado para optar el Grado Académico o Título Profesional de: (tal y como está registrado en SUNEDU)	
TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA	
c) El Trabajo de investigación no contiene plagio (ninguna frase completa o párrafo del documento corresponde a otro autor sin haber sido citado previamente), ni total ni parcial, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias.	
d) El trabajo de investigación presentado no atenta contra derechos de terceros.	
e) El trabajo de investigación no ha sido publicado, ni presentado anteriormente para obtener algún Grado Académico o Título profesional.	
f) Los datos presentados en los resultados (tablas, gráficos, textos) no han sido falsificados, ni presentados sin citar la fuente.	
g) Los archivos digitales que entrego contienen la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado.	
h) Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del Trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.	






**6. Datos del Documento Digital a Publicar: (Ingrese todos los datos requeridos completos)**

Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: (Verifique la Información en el Acta de Sustentación)			2023
Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: (Marque con X según Ley Universitaria con la que inició sus estudios)	Tesis <input checked="" type="checkbox"/>	Tesis Formato Artículo	Tesis Formato Patente de Invención
	Trabajo de Investigación	Trabajo de Suficiencia Profesional	Tesis Formato Libro, revisado por Pares Externos
	Trabajo Académico	Otros (especifique modalidad)	
Palabras Clave: (solo se requieren 3 palabras)	Programa de entrenamiento técnico	Fútbol	Fundamentos técnicos y táctica.
Tipo de Acceso: (Marque con X según corresponda)	Acceso Abierto <input checked="" type="checkbox"/>	Condición Cerrada (*)	
	Con Periodo de Embargo (*)	Fecha de Fin de Embargo:	
¿El Trabajo de Investigación, fue realizado en el marco de una Agencia Patrocinadora? (ya sea por financiamientos de proyectos, esquema financiero, beca, subvención u otras; marcar con una "X" en el recuadro del costado según corresponda):			SI <input type="checkbox"/> NO <input checked="" type="checkbox"/> X
Información de la Agencia Patrocinadora:			

El trabajo de investigación en digital y físico tienen los mismos registros del presente documento como son: Denominación del programa Académico, Denominación del Grado Académico o Título profesional, Nombres y Apellidos del autor, Asesor y Jurado calificador tal y como figura en el Documento de Identidad, Título completo del Trabajo de Investigación y Modalidad de Obtención del Grado Académico o Título Profesional según la Ley Universitaria con la que se inició los estudios.


**7. Autorización de Publicación Digital:**

A través de la presente. Autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión electrónica de este Trabajo de Investigación en su Biblioteca Virtual, Portal Web, Repositorio Institucional y Base de Datos académica, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente. Se autoriza cambiar el contenido de forma, más no de fondo, para propósitos de estandarización de formatos, como también establecer los metadatos correspondientes.

<b>Firma:</b> 	
<b>Apellidos y Nombres:</b> APARICIO MASGO JOEL <b>DNI:</b> 74748149	<b>Huella Digital</b>
<b>Firma:</b> 	
<b>Apellidos y Nombres:</b> LINO GOMEZ ERICK ALONSO <b>DNI:</b> 72273981	<b>Huella Digital</b>
<b>Firma:</b> 	
<b>Apellidos y Nombres:</b> SANCHEZ ROJAS SIMON JOSUE <b>DNI:</b> 73616830	<b>Huella Digital</b>
<b>Fecha: 04-12-2023</b>	

**Nota:**

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra **calibri**, **tamaño de fuente 09**, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (*recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde*).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF) y Declaración Jurada.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.

**ANEXO 8.** Validación de instrumentos por juicio de expertos



**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES:**

Grado Académico, Nombres y Apellidos del Informante	Institución donde labora	Nombre del Instrumento de Evaluación	Autor (es) del Instrumento
PROF. WILLIAM LOPEZ FIGUEROA	“MICAELAS BASTIDAS” - CHURUBMABA	GUIAS DE OBSERVACIÓN	SANCHEZ ROJAS, Josué LINO GOMEZ. Erick Alonso APARICIO MASGO, Joel
<b>TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:</b>			
PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E “MICAELA BASTIDAS” CHURUBAMBA, HUÁNUCO.			

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:**

N°	CRITERIOS	INDICADORES	ESCALA VALORATIVA				
			MD	D	R	B	MB
			0,0	0,5	1,0	1,5	2,0
1	<b>CLARIDAD</b>	El lenguaje se presenta en forma clara y coherente.					x
2	<b>OBJETIVIDAD</b>	Está expresado en conductas observables.					x
3	<b>ACTUALIDAD</b>	Es adecuado al avance de la ciencia y tecnología.				X	
4	<b>ORGANIZACIÓN</b>	Existe una organización lógica en la presentación de los ítems.				X	
5	<b>SUFICIENCIA</b>	Comprende los aspectos suficientes en cantidad y calidad.					x
6	<b>INTENCIONALIDAD</b>	Es adecuado para el trabajo pedagógico.				x	
7	<b>CONSISTENCIA</b>	Está basado en aspectos teóricos y enfoques actuales.				x	
8	<b>COHERENCIA</b>	Entre el título de la investigación, formulación del problema, objetivos y la hipótesis.					x
9	<b>RELACIÓN</b>	Entre la hipótesis, las variables, dimensiones e indicadores					x
10	<b>METODOLOGÍA</b>	Responde al propósito del trabajo según el objetivo trazado.				x	
<b>PUNTAJE PARCIAL</b>						5.5	12
<b>PUNTAJE TOTAL</b>			<b>17.5</b>				

REFORMULAR	CUALITATIVA		Cuantitativa	VÁLIDO	CUALITATIVA		Cuantitativa
	D	DEFICIENTE			A	EXCELENTE	
	E	MUY DEFICIENTE			B	BUENO	
					C	REGULAR	
		(07-11)				(18-20)	
		(00-07)				(14-18)	
						(11-14)	

**III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:**

VALIDACIÓN CUALITATIVA

A

VALIDACIÓN CUANTITATIVA

**IV. OPINIÓN DE APLICACIÓN:**

Es muy positivo y favorable su aplicación del programa del fundamento técnico del fútbol.

**V. RECOMENDACIONES:**

Poner nombres a la 2 y 3 Ficha (Ficha de observación, Lista Cotejo, Ficha de actitudes y otros)

Huánuco, 01 de diciembre del 2021	22516054		918544136
Lugar y fecha	DNI	Firma del Experto	Teléfono

ANEXO 9. Otros













**UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZÁN"**

*Licenciada con Resolución del Consejo Directivo N° 099-2019-SUNEDU/CD*

*Facultad de Ciencias de la Educación*

*Unidad de Investigación*

*"Año de Unidad, la Paz y del Desarrollo"*

**DECLARACIÓN JURADA**

Yo, APARICIO MASGO JOEL, identificado con: 74748149, con domicilio en el Centro poblado de Quechualoma KM 7, distrito de Churubamba, provincia de Huánuco, departamento de Huánuco; aspirante al título profesional correspondiente a la carrera profesional de Educación Física.

**DECLARANDO BAJO JURAMENTO QUE:**

La tesis titulada "PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO." fue elaborada dentro del marco ético y legal en su redacción. Si en el futuro se detectara evidencias de vulnerabilidad en el sistema antiplagio mediante actos que lindan con lo ético y legal, me someto a las sanciones a que hubiera lugar.

Huánuco, 06 de Diciembre de 2023

APARICIO MASGO JOEL



**UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZÁN"**

*Licenciada con Resolución del Consejo Directivo N° 099-2019-SUNEDU/CD*

Facultad de Ciencias de la Educación  
Unidad de Investigación  
*"Año de Unidad, la Paz y del Desarrollo"*

**DECLARACIÓN JURADA**

Yo, LINO GOMEZ ERICK ALONSO, identificado con: 72273981, con domicilio en la Calle San Pedro s/n Urb. Cayhuayna Alta, distrito de Pillco Marca, provincia de Huánuco, departamento de Huánuco; aspirante al título profesional correspondiente a la carrera profesional de Educación Física.

**DECLARANDO BAJO JURAMENTO QUE:**

La tesis titulada "PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO." fue elaborada dentro del marco ético y legal en su redacción. Si en el futuro se detectara evidencias de vulnerabilidad en el sistema antiplagio mediante actos que lindan con lo ético y legal, me someto a las sanciones a que hubiera lugar.

Huánuco, 06 de Diciembre de 2023



LINO GOMEZ ERICK ALONSO

**UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZÁN"**

*Licenciada con Resolución del Consejo Directivo N° 099-2019-SUNEDU/CD*

Facultad de Ciencias de la Educación

Unidad de Investigación

*"Año de Unidad, la Paz y del Desarrollo"*

**DECLARACIÓN JURADA**

Yo, SANCHEZ ROJAS SIMON JOSUE, identificado con: 73616830, con domicilio en el Jr. Cajamarca 137, distrito de Amarilis, provincia de Huánuco, departamento de Huánuco; aspirante al título profesional correspondiente a la carrera profesional de Educación Física.

**DECLARANDO BAJO JURAMENTO QUE:**

La tesis titulada "PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA DESARROLLAR LA TÁCTICA DEL FÚTBOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E "MICAELA BASTIDAS" CHURUBAMBA, HUÁNUCO." fue elaborada dentro del marco ético y legal en su redacción. Si en el futuro se detectara evidencias de vulnerabilidad en el sistema antiplagio mediante actos que lindan con lo ético y legal, me someto a las sanciones a que hubiera lugar.

Huánuco, 06 de Diciembre de 2023

SANCHEZ ROJAS SIMON JOSUE